Brad Pitt, campionul rolurilor refuzate

Una dintre cele mai mari vedete cinematografice ale zilelor noastre, Brad Pitt a avut la Hollywood o carieră la care majoritatea actorilor pot doar visa. El a reuşit să accepte roluri în aproape toate genurile şi cu toate bugetele.

Pitt poate să strălucească în filme de artă, cum ar fi *Arborele vieţii,* al lui Terrence Malick, în superproducţii istorice spectaculoase, ca *Troia,* ori în controversatele pelicule ale lui Tarantino, ca *Ticăloşi fără glorie.* Dar nu toate deciziile luate de Pitt în carieră au fost de bun augur.

Actorul a refuzat rolul principal în *Identitatea lui Bourne* pentru a filma mult mai modestul *Spioni de elită* şi a refuzat să semneze pentru *Matrix.* A pierdut, cu alte cuvinte, ocazia de a apărea în filme fundamentale ale ultimelor decenii – care anume, citiţi în rândurile următoare.

Jack Swigert în *Apollo 13*

Tom Hanks, Bill Paxton şi Kevin Bacon au jucat în filmul lui Ron Howard, *Apollo 13.* Drama biografică din 1995 despre călătoria eşuată a NASA pe Lună din 1970 ar fi putut fi interpretată şi de John Travolta, John Cusack şi Brad Pitt. Travolta şi-a dorit rolul lui Jim Lovell, dar Hanks era deja ataşat distribuţiei.

Cusack a refuzat rolul lui Paxton în Fred Haise. Pitt a refuzat rolul lui Jack Swigert pentru a-l interpreta pe nefericitul detectiv David Mills în filmul neonoir *Se7en* al lui David Fincher. Pitt a vorbit despre faptul că i-a spus mamei sale că a refuzat oportunitatea de a-l interpreta pe astronaut.

Poate că mama, care s-a declarat impresionată de *Apollo 13*, nu a avut o părere la fel de bună şi despre înfricoşătorul thriller în care fiul ei a acceptat să joace, dar în orice caz *Se7en* l-a ajutat pe Pitt să facă tranziţia de la idolul chipeş al filmelor de matineu la statutul de actor serios.

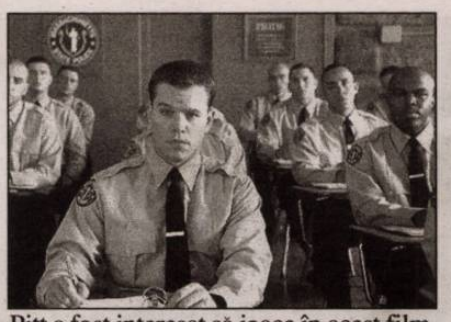
Jason Bourne în *Identitatea lui Bourne*

În 2000, Pitt era cu siguranţă unul dintre cei mai cunoscuţi actori de la Hollywood. Dar nu îşi asumase încă un rol principal într-un blockbuster de tip franciză. A avut ocazia să o facă în acel an, când i s-a oferit rolul lui Jason Bourne în *Identitatea lui Bourne.* Cu toate acestea, Pitt se angajase deja să joace alături de Robert Redford în rolul unui agent CIA în thrillerul de acţiune *Spioni de elită*, de Tony Scott.

Matt Damon i-a luat locul spionului amnezic, iar seria Bourne a devenit una dintre francizele cinematografice cu cele mai mari încasări din istoria cinematografiei. Damon l-a interpretat pe asasinul omonim în patru episoade de mare impact. Încasările totale ale filmelor Bourne se ridică la aproximativ 1,6 miliarde de dolari.

Colin Sullivan în *Cârtiţa*

Pitt şi-a înfiinţat compania de producţie Plan B în 2001. Unul dintre primele filme pe care actorul le-a produs a fost *Cârtiţa,* un remake al thriller-ului *Afaceri internale* produs în 2002 la Hong Kong.



Pitt a fost interesat să joace în acest film, sub bagheta lui Martin Scorsese, dar el avea deja peste 40 de ani la acea vreme şi a considerat că rolul gangsterului sub acoperire Colin Sullivan ar trebui să revină unui actor mai tânăr.

Matt Damon, pe care Pitt îl cunoştea din filmele seriei *Ocean's,* era cu şapte ani mai tânăr. Filmul *Cârtiţa* a adus companiei de producţie a lui Pitt primul din cele trei premii Oscar pentru cel mai bun film *(12 ani de sclavie* şi *În lumina lunii* au fost celelalte două).

Neo în *Matrix*

Ei bine, da: Brad Pitt ar fi putut fi „Alesul". În 2020, el a dezvăluit că i s-a oferit rolul lui Neo în Matrix: „Am refuzat Matrix. Am luat pilula roşie". Filmul ştiinţifico-fantastic din 1999 a devenit o trilogie de mare succes care a revoluţionat acţiunea şi efectele

vizuale. Keanu Reeves a fost distribuit în cele din urmă în rolul hackerului Neo. Primele trei episoade ale francizei The Matrix au câştigat aproximativ 1,6 miliarde de dolari. Un al patrulea film din serie a fost lansat în 2021.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET

In memoriam

Mariana Nicolesco

Soprană de renume internaţional, cu o impresionantă carieră în lumea operei, în decursul căreia s-a remarcat mai ales ca o desăvârşită interpretă a rolului titular din *La Traviata,* Mariana Nicolesco s-a născut la 28 noiembrie 1948 în judeţul Giurgiu şi a început studiul muzicii la Braşov, unde a absolvit Şcoală de muzică la secţia vioară, pentru ca apoi să se dedice perfecţionării în domeniul vocal în cadrul Academiei „Gheorghe Dima" din Cluj, iar apoi la celebra Academia Santa Cecilia din Roma, unde i-a avut îndrumători pe Jolanda Magnoni, Rodolfo Celletti şi Elizabeth Schwartzkopf.

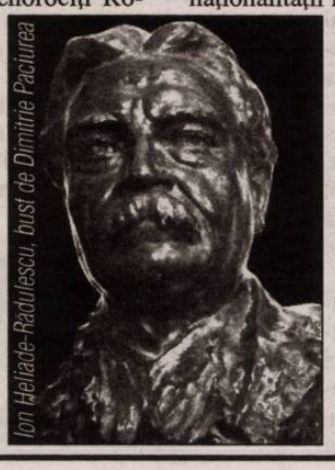
Laureată a numeroase concursuri, şi-a început prestigioasa activitate la nivel internaţional după câştigarea Concursului Internaţional „Voci Rossianiane" organizat de Radioteleviziunea italiană RAI, când a fost invitată să cânte rolul Mimi din *Boema* de Puccini, la Cincinatti. Din acel moment a început să apară pe scenele marilor teatre lirice ale lumii, precum „Teatro alla Scala" din Milano, „Metropolitan" din New York şi operele din Barcelona, Madrid, Los Angeles, Viena, Paris, München, Monte Carlo. A devenit rapid una dintre cele mai apreciate soprane ale lumii, impresionând în roluri de referinţă, în opere precum *La Traviata* (a interpretat rolul Violetta în peste 200 de reprezentaţii), *Rigoletto* şi *Luisa Miller* de Verdi. A colaborat cu mari dirijori şi interpreţi.

Decorată cu numeroase distincţii, Mariana Nicolesco s-a îngrijit şi de promovarea tinerelor talente prin organizarea unuia dintre marile festivaluri de canto din România, „Haricleea Darclee", la Brăila. La invitaţia Papei Ioan Paul al II-lea, cu ocazia primului Concert de Crăciun în Vatican (1993), transmis în Mondovisione, Mariana Nicolesco a cântat vechi colinde româneşti. I-a fost conferit Ordinul Naţional Steaua României în Grad de Mare Cruce „pentru merite excepţionale, în semn de înaltă apreciere pentru întreaga sa carieră". Plecarea sa lasă un imens gol în lumea muzicii clasice şi multă tristeţe în sufletele melomanilor şi iubitorilor de frumos de pretutindeni.

Reviste

Lupta din exil a unui cărturar român 2

Ion Heliade-Rădulescu analizează în profunzime situaţia din Ţările Române la 1848, dar solicită guvernelor ţărilor Europei un sprijin pentru o rezolvare echitabilă. Scrisoarea către ambasadorul britanic, în 1850, publicată de revista *Luceafărul de dimineaţă*, nr. 4 2022, continuă cu analiza cărturarului român şi cu referiri la actualitatea imediată a situaţiei: „Catastrofa ce termină lupta Ungurilor ar fi terminat şi propaganda slavorusă, dacă, spre a continua, cabinetul Petersburgului n'ar fi prelungit agitaţiile de resbel. Află nouă preteste spre a'şi menţine ocupaţia. Bulgaria fu pusă în mişcare şi agenţii Rusiei reînodară în Ţara Română necontenitele lor conspiraţii. Acum în vara trecută se descoperi în Bucureşti un complot ce se poate socoti ca un cap-d'operă de dibăcie moscovită. Capii lui sunt cunoscuţi de oameni ai Rusiei. Şi scopul lor era nu de a provoca o rescoală asupra Turcilor (căci aceasta nu o puteau), ci de a o închipui de astfel prin concursul unor nenorociţi Români rătăciţi şi prin adunătura unui număr de străini simbriaşi ai Rusiei. Acum s'ar amăgi cineva foarte de ar crede că Rusia va lăsa populaţiilor orientale vreun moment de repaos. Răspândiţi în eteriile greco-slave, ale căror fire toate sunt ţinute de dânşii, agenţii moscoviţi sunt neîncetat ocupaţi întru a sepa temeliile Imperiului Otoman şi a face a cădea în cursa conspiraţiilor şi a societăţilor secrete o mulţime de oameni generoşi dintre car cei mai mulţi cred că lucrează pentru independinţa naţionalităţii lor, unde în adevăr nu sunt decât instrumentele oarbe ale cabinetului de la Petersburg".



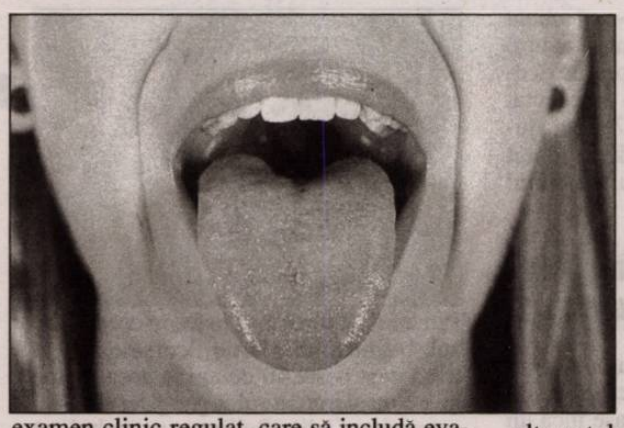
Ion Heliade-Rădulescu, bust de Dimitrie Paciurea

Referitor la situaţia din Ţările Române la 1850, Heliade-Rădulescu cere Europei soluţii practice pentru „Principatele danubiene": „Asupra acestei situaţii fatale pentru drepturile astor provincii, ameninţătoare pentru pacea Orientului şi a Europei, este neapărat şi important de a chiema luarea aminte a cabinetelor. Românii proscrişi, aceiaşi ce în 1848 s'au fost pus în stare d'a paralisa machinaţiile Rusiei şi a mânţinea ordinea şi cari fură alungaţi din Patria lor pentru această singură faptă, n'au încetat nicidecum d'a alerga la cabinetele Engliterei, Franţei, Austriei şi Prusiei spre a obţine pacificaţia lor, resultat peste putinţă pe cât va ţine influinţa fatală a protectoratului moscovit. Tot la aceste puteri Populul român apela prin proclamaţia sa din 1848. Tot la aceste guverne, în Februarie 1849, refugiaţii Români îşi adresară protestaţia colectivă, însoţită de un memoriu justificatif al Mişcării române. Este aci o situaţie anormală, monstruoasă la care e de mare nevoe a pune un termin. Cu toate acestea, este un mijloc legal şi fără greutăţi de a eşi dintr'însa. Acesta e d'a aplica la Principatele Danubiene, cum şi la fiecare parte a imperiului Otoman, tractatul de alianţă din 1841 ce garantează integritatea acestui imperiu; d'a aduce aminte Rusiei că rolul şi datoria ei erau nu de a usurpa drepturile provinciilor Danubiene şi de a conspira neîncetat asupra liniştei lor, ci de a le garanta autonomia şi de a face să li se respecte independinţa administrativă. (...) Însă această protecţie ar fi şi mai împilătoare dacă n'ar avea drept scop să ajungă la soluţia definitivă a greutăţilor în fiinţă, dacă n'ar face a se respecta tractatele încheiate între Principate şi Turcia. După anticele drepturi şi datine ale acestor două ţări, autonomia lor recunoscută de toate tractatele, să se puie la cale a se ocupa, prin liberă discuţie, de legi proprii a mulţumi toate interesele, a asigura fericirea generală şi a da Europei toate garanţiile dorite".

GEORGE CUŞNARENCU

O boală rareori abordată

Consumul de tutun este unul dintre principalii factori de risc pentru dezvoltarea unui număr mare de patologii oncologice. Cancerul limbii este una dintre cele mai agresive patologii ale cavităţii bucale şi ale sistemului stomatognat (ansamblul de organe şi ţesuturi care permit funcţii fiziologice precum mâncatul, vorbirea, mestecatul, respiraţia şi toate expresiile faciale).



Aceasta este o boală multifactorială, nu există o cauză unică, unii dintre factorii de risc care pot fi luaţi în considerare sunt, printre altele, genetica, consumul de tutun şi de alcool, alimentaţia deficitară, stresul. De asemenea, s-a stabilit că papilomavirusul uman (HPV) este un factor de risc foarte important, deoarece s-a demonstrat o relaţie ridicată între acesta şi dezvoltarea cancerului în diferite zone ale cavităţii bucale.

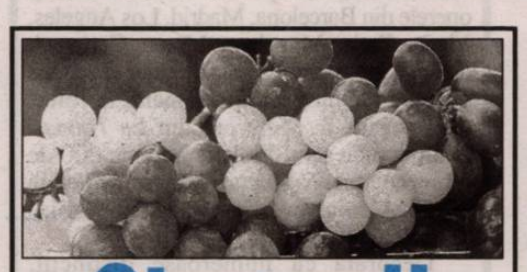
Pentru depistarea precoce a cancerului oral, este esenţial să se ţină cont de următoarele aspecte:

- Atât pacientul, cât şi medicul stomatolog să fie preocupaţi de efectuarea unui examen clinic regulat, care să includă evaluarea lanţurilor ganglionare, precum şi o evaluare clinică aprofundată intraorală a tuturor zonelor gurii, în special a limbii în partea dorsală, ventrală, laterală şi baza ei.
- Să existe informaţii despre istoricul familial legat de această patologie.
- Să se cunoască obiceiurile pacientului ce pot fi legate de boală şi care pot declanşa această patologie.
- Existenţa unor leziuni considerate precanceroase şi clasificate de Organizaţia Mondială a Sănătăţii; acestea se pot manifesta ca o placă albă sau o leziune roşie, neasociate cu niciun tip de traumatism sau boală sistemică. Medicul dentist trebuie să ia în considerare efectuarea unei biopsii pentru a ajuta la confirmarea unui diagnostic precoce al cancerului oral. Cancerul de limbă în stadiile sale incipiente este asimptomatic, iar când este deja avansat poate provoca durere din cauza compromisului structurilor nervoase. În multe ocazii, pacientul are dificultăţi de a vorbi şi de a înghiţi din cauza pierderii mobilităţii limbii.

De asemenea, localizarea, simptomatologia, timpul de evoluţie şi manifestarea clinică au caracteristici specifice care ajută la diferenţierea acesteia de alte patologii. Tratamentul indicat este întotdeauna chirurgical, deoarece urmăreşte îndepărtarea întregii leziuni.

Medicul stomatolog joacă un rol fundamental în identificarea şi diagnosticarea acestei boli, deoarece are cunoştinţe despre factorii de risc şi aspectul clinic al ei. În plus, are competenţa de a efectua o biopsie şi de a o trimite unui anatomopatolog oral pentru un studiu histopatologic, precum şi de a solicita imagini diagnostice care să ajute la confirmarea opiniei sale, să evalueze extinderea şi angajarea altor structuri în cazul infiltraţiei leziunii.

Odată ce diagnosticul este verificat, trebuie făcută trimitere la chirurgul maxilo-facial sau la oncologul specializat în cap şi gât.



Strugurii

remediu miraculos

O informaţie provenită de la unul dintre cei mai mari fabricanţi de medicamente ai lumii, din Elveţia, afirmă că, după mai mult de 20 de încercări efectuate în laborator, extrasele au relevat că vinul distruge celulele maligne din 12 tipuri de cancer, inclusiv de colon, de sân, de prostată, de plămâni, de pancreas.

S-a demonstrat că anumiţi compuşi ai strugurilor acţionează de 10.000 de ori mai bine decât produsele chimioterapeutice utilizate în lume pentru încetinirea creşterii celulelor canceroase. O posibilă terapie ce poate distruge celulele maligne, fără să afecteze celulele sănătoase.

Vinul de struguri, în special cel roşu şi neapărat natural sută la sută, lipsit de chimicale, este un produs miraculos, care băut cu măsură – un pahar la prânz şi unul după cină – omoară celulele canceroase. El este de 10.000 de ori mai puternic decât chimioterapia.

Nu în ultimul rând, gustul vinului este agreabil şi nu produce efectele oribile ale chimioterapiei. Strugurii pot fi consumaţi în maniere diferite: puteţi mânca fructul ca atare, să faceţi must, să faceţi băuturi, şerbet, dulceaţă etc.

Vinului şi strugurilor li se atribuie multe virtuţi, dar cel mai interesant este efectul pozitiv produs asupra chisturilor şi tumorilor. Din perspectiva respectivă, strugurele constituie un remediu probat contra cancerului de toate tipurile, de la el putându-se consuma (şi chiar este indicat) inclusiv seminţele.

De asemenea, vinul şi strugurii sunt consideraţi agenţi antimicrobieni cu spectru larg, care controlează infecţiile bacteriene şi cu ciuperci, au eficacitate contra viermilor, regularizează tensiunea arterială foarte ridicată, au efect antidepresiv, combat bolile nervoase.

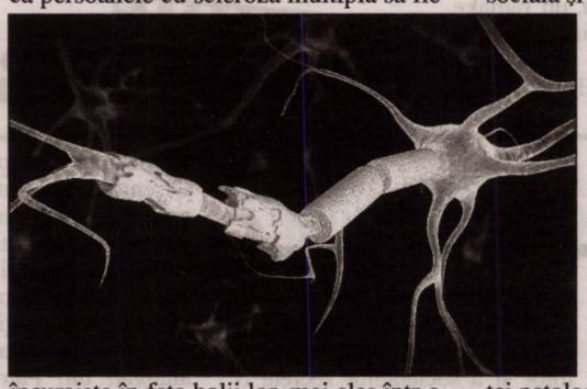
Scleroza multiplă

dezactivează tinerii

În lume sunt în jur de 2,8 milioane de persoane afectate de scleroză multiplă, fiind a doua cauză de dizabilitate neurologică la tineri după traumatismele accidentului rutier.

Unii experţi afirmă că este foarte important să vorbim despre ea şi despre simptomele ei deoarece pot fi confundate cu cele ale sclerozei laterale amiotrofice; deşi ambele sunt neurodegenerative, au consecinţe şi prognostice diferite.

De asemenea, este foarte important ca persoanele cu scleroză multiplă să fie



încurajate în faţa bolii lor, mai ales într-o etapă de început, pentru a evita gândurile că vor ajunge persoane cu dizabilităţi, că nu-şi pot planifica un viitor.

Scleroza multiplă afectează sistemul nervos central, mai ales la femeile tinere. Este o boală cauzată de deteriorarea mielinei, componentă ce acoperă neuronii şi permite schimbul de impulsuri nervoase şi deci comunicarea între aceştia, către şi dinspre creier. Simptomele pot apărea şi dispărea într-o perioadă scurtă de timp, care în general depăşeşte 24 de ore, şi pot fi de diferite tipuri.

De exemplu: pierderea vederii la unul sau ambii ochi, vedere dublă, slăbiciune musculară, oboseală, modificări ale sensibilităţii, cum ar fi vocea, precum şi probleme cu vorbirea, memoria, controlul sfincterului şi dificultăţi în efectuarea mişcărilor sau tulburări de coordonare.

Scleroza multiplă este boala neurologică non-traumatică ce duce la cea mai mare dizabilitate în rândul adulţilor tineri din întreaga lume. Se mai numeşte şi boala celor o mie de feţe, din cauza diversităţii simptomelor sub care se manifestă. Diagnosticul precoce şi corect facilitează accesul la tratamente care schimbă istoria naturală a bolii, impactând pozitiv calitatea vieţii, incluziunea socială şi funcţionalitatea persoanelor cu scleroză multiplă.

Deşi nu există tratamente curative, cele care există fac posibilă reducerea la minimum a dizabilităţii, oferind pacientului bunăstare, speranţă şi oportunităţi pentru proiectul său de viaţă.

Este foarte important să se depisteze din timp simptomele pentru a avea rezultate bune în ceea ce priveşte tratamentul. Procesul de diagnosticare a acestei patologii se face prin intermediul unui RMN. Succesul tratamentului depinde de aderenţa la medicamente şi de o relaţie strânsă între neurolog, pacient şi reţeaua lor de sprijin, potrivit specialiştior.

A avea un stil de viaţă sănătos ajută la gestionarea simptomelor sclerozei multiple, aşa că rutina zilnică ar putea include: somn adecvat, exerciţii fizice regulate, o dietă bogată în fibre şi săracă în alimente procesate şi eliminarea consumului de ţigări şi alcool.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Fructele şi legumele fac parte din dieta mediteraneană, sunt o sursă de antioxidanţi, vitamine, săruri minerale şi au o putere mare de hidratare şi de saţiere. Acestea dau senzaţia de saturaţie, limitând absorbţia zahărului şi a colesterolului. Fructele sunt bogate în vitamine, în special vitamina C, care favorizează absorbţia fierului.

Sarea trebuie limitată, eventual folosiţi sare iodată sau înlocuiţi-o cu alte condimente precum lămâia, chili, dar în cantităţi ponderate. Consumul excesiv de sare cauzează tulburări de tensiune arterială, probleme cardiovasculare şi accidente vasculare cerebrale. Pe de altă parte, sarea iodată este indicată pentru prevenirea bolilor tiroidiene sau a deficitului de iod.

Se recomandă proteinele animale, limitându-se consumul de carne roşie şi, în general, de carne, preferând

Reguli în dieta mediteraneană

peştele bogat în omega-3. Tonul, somonul, macroul şi hamsiile sunt recomandate.

Se recomandă o alternanţă între ouă şi leguminoase, precum năutul, care ar trebui consumat în tot cursul anului. De asemenea, ar trebui să evităm mezelurile şi cârnaţii, care conţin cantităţi mari de sare şi grăsimi saturate, ce cresc senzaţia de balonare şi reţinere a apei.

Din dietă trebuie să facă parte alimente bogate în potasiu, precum bananele sau fructele deshidratate (întotdeauna fără a abuza de ele din cauza zaharurilor), la fel ca şi cartofii, spanacul, fructele uscate, kiwi, avocado. Sunt de preferat aceste alimente la mesele principale sau în aperitive, mai degrabă decât cartofii prăjiţi ori alunele sărate.

Ca aliment dulce, deşi unele persoane nu o agreează pentru gustul său amărui, ciocolata cu cel puţin 70% cacao este un aliat redutabil pentru prevenirea bolilor cardiovasculare şi a depresiei, însă nu trebuie depăşită doza recomandată, de 3 „pătrăţele" pe zi.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Influența psihicului în dezvoltarea diferitelor boli

Punctul de vedere al medicinei energo-informaționale

Am eu într-adevăr corpul meu sub control sau face el ce vrea cu mine? Cum îmi pot influența pozitiv corpul, ce pot face eu în realitate ca să nu mă împiedic mereu de picioarele mele? Ce fac bolile cu psihicul meu și cum mă pot eu apăra?

Peste 60% din problemele de sănătate pornesc din psihicul nostru. Psihicul omului este încă o temă pe care mulți dintre noi nu doresc să o audă, considerând că este o problemă a psihologilor, psihiatrilor sau neurologilor.

Noi, în medicina energo-informațională, considerăm că o terapie care își propune să aducă energetic organismul pacientului în echilibru, respectiv în balanța din care este ieșit, cuprinde și psihicul. Este o terapie integrativă pentru trup, suflet și spirit.

De multe ori auzim în timpul terapiilor de la pacienți că li s-a spus că „au numai închipuire, de fapt boala respectivă nici nu există". Dar, să fim sinceri, cine își închipuie o boală fără să aibă anumite semne că ea chiar există?!

A descoperi și trata cauza bolii este o prioritate în medicina energo-informațională. A diagnostica și a trata doar după simptome nu poate duce la vindecare. Simptomul este „strigătul" organului sau țesutului în „suferință".

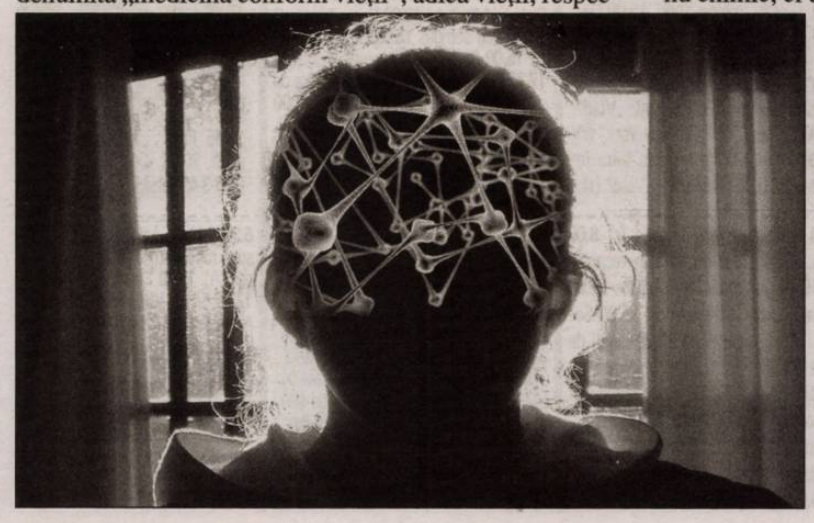
Administratorul sentimentelor în societatea noastră este atribuit femeilor, iar bărbații sunt mai mult administratorii puterii, atribute de mult timp depășite. Astăzi știm că doar când Yin și Yang sunt în echilibru (în fiecare femeie există puțin și dintr-un bărbat, și invers) suntem și noi cu noi, și lumea din jurul nostru în echilibru.

Cu cât înaintăm în vârstă, cu atât se produc mai multe schimbări în corpul nostru. Se poate vedea adesea cu ochiul liber că puterile încep să ne lase, devenim mai fragili și ne supărăm mult mai repede.

Hormonii influențează sănătatea corpului, să amintim aici că hormonii sunt poștașii interni ai corpului care duc mai departe informația spre celule și organe, informează despre starea de sănătate, pentru a fi luate la timp măsurile fiziologice ce se impun. De obicei în această fază simțim oboseală, resemnare, suntem abătuți, poate mai agresivi.

În corpul nostru nu se pierde nimic, cel mult se transformă în umbră și este depozitat undeva în subconștient.

Medicina energo-informațională este o medicină conform realității pe care o trăim. În lumea vestică este denumită „medicina conform vieții", adică vieții, respectiv informației energetice din organismul pacientului. Diagnosticarea energetică ne arată blocajele informației în corp, noxele toxice (virusuri, bacterii...) care au devenit patogene și care au nevoie de o nouă relaționare, dar nu chimic, ci energetic. Corpul uman transportă un „adevărat autobuz" plin cu diferite toxine (virusuri, bacterii, paraziți, metale grele...) care sunt într-un dezechilibru și atrag după sine perturbări pe diferite sisteme ale corpului.



Readucerea acestui „autobuz" în mileul energetic din care a ieșit, înseamnă sănătate.

Psihicul nostru ne multumește după fiecare detoxifiere energetică la nivel celular al corpului. Energia trebuie să curgă în corpul nostru ca un pârâiaș vesel și zglobiu de munte, care ne fortifică și ne dă elan.

Dacă energia rămâne blocată, ne simțim obosiți, fără vlagă și fără putere de creativitate. Astăzi, omul are la dispoziție mijloace de informare și poate alege ce e mai bine pentru el.

Multe dintre terapiile puse la dispoziție de medicina energo-informațională erau aproape de neconceput în urmă cu câțiva ani. Se știe astăzi că și neuronii se refac. Dacă blocajele energetice sunt îndepărtate din corp, neuronii noi pot lua locul neuronilor uzați.

Mai mult, chiar și bolile transmise genetic (moștenite de la înaintași), în mare parte, pot fi evitate, fără să se mai declanșeze, tot prin tratamente care au la bază fizica cuantică.

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informațională, membră a Societății Naturiștilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog

Pentru mai multe informații accesați:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

CONTACT: DermaVital București, strada Brândușelor 6B, et. 2, interfon 003

PUBLICITATE

ACOPREVENT
supliment alimentar pentru un sistem imunitar stabil

dermaVITAL
tel 0731.871.968 / 021.322.40.04
www.dermavital-med.ro

Ce este Acoprevent?

Este un supliment alimentar bazat pe plante ayurvedice care are la bază o tehnologie inovativă, tehnologia punctelor cuantice, care multiplică descărcarea energetică a substanțelor conținute. Oprește o întreagă cascadă inflamatorie la nivel celular, este un antioxidant puternic, este o tehnologie inovatoare avansată, bazată pe activarea micronutrienților.

Se recomandă în afecțiunile în care sistemul imunitar este suprasolicitat, ca alergii, tuberculoză, infecții virale, sindromul oboselii cronice, candida, hepatită virală, septicemie, borelioză cronică, apărarea corpului în cazul bolilor maligne.

Conține: extract de cacao, extract de hamei, garofiță-sălbatică, muscat, coajă de lămâie, thymian, salvie, extract de susan, extract din pulbere de alge maro. Informația cuantică este pusă pe un grăunte de siliciu.

3 capsule administrate zilnic conțin: complex ayurvedic activ – 411 mg, pulbere de alge maro – 162 mg, zinc – 9 mg.

Dozare și mod de administrare: adulți și tineri de 3 ori zilnic 1 capsulă înainte de masă, copii 2-6 ani – 1 capsulă zilnic, înainte de masă.

Efecte secundare nu sunt cunoscute.

Interacțiune cu alte medicamente: poate fi combinat la nevoie cu orice medicamentație de sinteză.

Flaconul conține 90 de capsule a 320 mg

Costul este de 210 lei flaconul plus taxa de transport 20/22 lei.

Distribuit în România prin Centrul German DermaVital Bodymed S.R.L.

TERAPIA 4W – IMUNITATEA ÎNNĂSCUTĂ

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunității înnăscute. Persoanele care au mai multe afecțiuni cronice, au făcut sau fac chimioterapie/radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută.

Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intrusului, bacterii/virusuri.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acțiune când un intrus a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit și a fost – memorat – de către acesta. Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvențelor patologice emise de virusuri/bacterii.

Terapia 4w, se execută în 4 zile consecutiv, durează aproximativ 1 oră ședința, nu doare, nu are efecte secundare.

Terapia 4w este în ofertă de la ~~680 lei~~, la 500 lei.

Revista „Magazin" nu își asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestor produse!

PUBLICITATE

LUNI – 24 octombrie

TVR 1

7.00 3 ceasuri bune 10.00 AgroStrategia 11.00 Teleenciclopedia (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Garantat 100% (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 17.00 Atelier de sănătate 17.55 Români care au schimbat lumea (r) 18.55 Dincolo de alb şi negru 20.00 Telejurnal 21.00 Câştigă România! 22.00 Dosar Romania (r) 23.00 Mondial în familie 0.00-5.55 Reluări.

PRO TV

6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Serial: „Clanul" 23.00 Ştirile PRO 23.30 Film: „Aquaman" (r) 2.15 Lecţii de viaţă (r) 2.30 Umami: al 5-lea gust (r) 3.00 Vorbeşte lumea 5.00 Ce spun românii (r).

Observator

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Mireasa 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuţite 0.00 Observator 0.30 Film: „Sabotaj" (SUA, 2014). Cu: Arnold Schwarzenegger, Sam Worthington, Olivia Williams 2.30 Băieţi de oraş 3.00-5.00 Reluări.

PRIMA TV

7.00 Starea Naţiei 8.00 Teleshopping 8.30 Flash monden 9.00 Exclusiv VIP 11.00 Teleshopping 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" 14.00 Focus 15.30 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.15 Serial: „Iubiri secrete" 20.00 Film: „Timpul răzbunării" (SUA, 2018). Cu: Luke Gross 22.00 Starea Naţiei 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 1.00 Serial (r) 2.00 Film: „Echipa de elită" (r) 4.30 Focus 5.30 Serial (r) 6.00 Serial: „Iubiri secrete" (r).

acasă

6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Moştenitorii" 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" Cu: Beril Pozam 22.00 Serial: „Inimă de ţigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleşcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viaţa (r) 9.00 Cirque du Soleil: o nouă experienţă 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Azi despre mâine 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Educaţie la înălţime (r) 14.30 Documentar 360º-GEO 15.00 Azi despre mâine 15.30 Teleşcoala 16.30 România... în bucate 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Reţeaua de idoli 21.00 Memorialul durerii 22.00 Doc.: „Salvaţi din Kabul" 23.00 Serial (r) 0.00 Luminiţa de la miezul nopţii 1.00-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.00 La Măruţă (r) 7.30 Film (r) 10.00 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film: „Happy Gilmore" (r) 14.15 Film: „Wonder" (r) 16.30 Film: „Marşul nupţial 4: Ceva vechi, ceva nou" (SUA, 2018). Cu: Merritt Patterson, Andrew W. Wal 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Feţe în mulţime" (SUA, 2011). Cu: Julian McMahon 22.30 Film: „Mândrie, prejudecată şi zombi" (SUA, 2016). Cu: Sam Riley, Matt Smith 0.45-4.30 Reluări.

MARŢI – 25 octombrie

TVR 1

7.00 3 ceasuri bune 10.00 AgroStrategia 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Profesioniştii (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 17.00 Atelier de sănătate 18.00 Lumea financiară 18.55 Dincolo de alb şi negru 19.40 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Câştigă România! 22.00 Serial: „Obsesia Evei" 23.00 Mondial în familie 0.00-5.55 Reluări.

PRO TV

6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Sunt celebru, scoate-mă de aici! 23.30 Ştirile PRO TV 0.00 Film: „The 355" (r) 2.30 I like IT (r) 3.00 Vorbeşte lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

Observator

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Mireasa 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuţite 0.00 Observator 0.30 Film: „Identitate dublă" (M. Britanie, 2010). Cu: Kit Harington, Peter Firth 2.30 Film: „Sabotaj" (r) 4.15 Mireasa (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV

7.00 Starea Naţiei (r) 8.00 Teleshopping 8.30 Flash monden (r) 9.00 Exclusiv VIP (r) 11.00 Teleshopping 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" (r) 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.30 Serial: „Iubiri secrete" 20.00 Film: „Calibro 9" (Italia, 2020). Cu: Marco Bocci 22.00 Starea Naţiei 23.00 Focus 0.00-6.00 Reluări.

acasă

6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial: „Iubiri fără hotar" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Moştenitorii" 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de ţigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleşcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viaţa (r) 9.00 Cirque du Soleil: o nouă experienţă 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Euromaxx 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Opera comică pentru copii (r) 14.30 Documentar 360º-GEO 15.30 Teleşcoala 16.30 România... în bucate 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.15 Concert Regal caritabil 21.00 Destine ca-n filme 22.00 Ediţie limitată 23.00 Serial (r) 0.00 Luminiţa de la miezul nopţii 1.00-5.39 Reluări.

PRO CINEMA

6.00 La Măruţă (r) 8.00 Film: „Miss Pettigrew Lives for a Day" (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film: „Flicka" (r) 14.00 Film: „Nutty Professor II: The Klump" (r) 16.00 Film: „Alegerea" (SUA, 2016). Cu: Tom Wilkinson, Teresa Palmer 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Dreptate pe cont propriu" (SUA, 2007). Cu: Kevin Sorbo, Haley Ramm 22.30 Film: „Cursa Mortală 4" (SUA, 2018). Cu: Danny Trejo, Danny Glover 0.45-4.30 Reluări.

MIERCURI – 26 octombrie

TVR 1

7.00 3 ceasuri bune 10.00 AgroStrategia 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Lumea financiară (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Convieţuiri 17.00 Atelier de sănătate 18.00 Breaking Fake News 18.55 Dincolo de alb şi negru 20.00 Telejurnal 21.00 Câştigă România! 22.00 Serial: „Obsesia Evei" 23.00 Mondial în familie 0.00-5.55 Reluări.

PRO TV

6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Visuri la cheie 23.30 Ştirile PRO TV 0.00 Film: „Şirul crimelor" (SUA, 2021). Cu: Bruce Willis, Megan Fox, Emile Hirsch 2.00-5.00 Reluări.

Observator

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuţite 0.00 Observator 0.30 iRoast (r) 1.30 Film: „Identitate dublă" (r) 3.30 Băieţi de oraş 4.00 Mireasa (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV

7.00 Starea Naţiei (r) 8.10 Flash monden 9.00 Exclusiv VIP (r) 11.00 Teleshopping 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" (r) 14.00 Focus 15.30 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.15 Serial: „Iubiri secrete" 20.00 Cronica cârcotaşilor 22.00 Starea Naţiei 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Cronica Cârcotaşilor (r) 4.00 Focus 5.30 Serial: „Dragoste şi răzbunare" (r) 6.00 Serial: „Iubiri secrete" (r).

acasă

6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Moştenitorii" 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Un loc în inima ta" 18.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de ţigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleşcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viaţa (r) 9.00 Cirque du Soleil: Quidam 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Fii în formă! 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Ediţie limitată (r) 14.30 Documentar 360º 15.30 Teleşcoala 16.30 România... în bucate 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Film: „Elvis şi Anabelle" (coprod., 2007). Cu: Max Minghella 22.00 Povestea vinde 23.00 Serial (r) 0.00 Luminiţa de la miezul nopţii 1.00-5.39 Reluări.

PRO CINEMA

6.00 La Măruţă (r) 7.30 Film (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film: „The Wedding March 4: Something Old, Something New" (r) 13.45 Film: „Oscar" (SUA, 1991) 16.00 Film: „Ultimul vânător de dragoni" (SUA, 2016) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Lucy printre stele" (SUA, 2019). Cu: Natalie Portman 22.45 Film: „Întoarcerea lui Zodiac" (SUA, 2017). Cu: Shane West, Leslie Bibb 0.45-4.45 Reluări.

OLIVIA WILLIAMS
– luni, 0.30 –

JAMES MCAVOY
– vineri, 21.00 –

KATIE BLAKE
– joi, 20.00 –

BRUCE WILLIS
– miercuri, 0.00 –

BERIL POZAM
– luni-vineri, 21.00 –

ŞTEFAN MIHĂILESCU-BRĂILA
– sâmbătă, 16.00 –

TERESA PALMER
– marţi, 16.00 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 27 octombrie

TVR 1

7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Breaking Fake News (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Akzente 17.00 Atelier de sănătate 18.00 Omul şi timpul 18.55 Dincolo de alb şi negru 20.00 Telejurnal 21.00 Câştigă România! 22.00 Doc.: „Războiul informaţional rusesc" 23.10 Mondial în familie 0.10-5.55 Reluări.

PRO TV

6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Sunt celebru, scoate-mă de aici! 23.30 Ştirile PRO TV 0.00 Film: „Dracula: Povestea nespusă" (SUA, 2014). Cu: Luke Evans, Dominic Cooper, Sarah Gadon 2.00-5.00 Reluări.

Observator

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Mireasa 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Serial: „Adela" 23.10 Observator 23.30 Chefi la cuţite (r) 3.00 Observator (r) 4.00 Mireasa (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV

7.00 Starea Naţiei (r) 8.15 Flash monden 9.00 Exclusiv VIP (r) 11.00 Teleshopping live 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" (r) 14.00 Focus 15.30 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.30 Serial: „Iubiri secrete" 20.00 Serial: „Pup-o, mă!" 21.00 Serial: „New Amsterdam" 22.00 Starea Naţiei 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Calibro 9" (r) 4.00 Focus 5.30 Serial (r) 6.00 Serial: „Iubiri secrete" (r).

acasă

6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial: „Iubiri fără hotar" (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Moştenitorii!" 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de ţigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleşcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viaţa (r) 9.00 Cirque du Soleil: Quidam 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Globalizarea: riscuri şi beneficii 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 13.00 Maghiara de pe doi 13.30 Povestea vinde (r) 14.30 Documentar 360º 15.30 Teleşcoala 16.30 România... în bucate 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Film: „Misterele adevăratului Sherlock Holmes: ochii pacientei" (Regatul Unit, 2001). Cu: Katie Blake 22.00 Istorii de bun gust 23.00 Serial (r) 0.00 Luminiţa de la miezul nopţii 1.00-5.25 Reluări.

PRO CINEMA

6.00 La Măruţă (r) 8.00 Film (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film (r) 14.45 Film: „Războiul vecinilor" (SUA, 1994) 16.30 Film: „Pensiunea lui Cupidon" (SUA, 2014) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Avionul condamnaţilor" (SUA, 1997). Cu: Mark Nicolas Cage 22.45 Film: „Tranzit" (SUA, 2012). Cu: Jim Caviezel, Diora Baird 0.45-4.30 Reluări.

VINERI – 28 octombrie

TVR 1

7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 Exclusiv în România (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Omul şi timpul (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Opre Roma 15.55 EURO polis 17.00 Atelier de sănătate 18.00 Gări de poveste 18.55 Ţară, ţară, cine eşti? 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Complicele" (SUA, 2010). Cu: James McAvoy, Robin Wright, Kevin Kline 23.10 Mondial în familie 0.10 Replay 1.10-5.10 Reluări.

PRO TV

6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Vocea României 23.00 Film: „Clanul" (r) 1.30 Serial: „Las Fierbinţi" (r) 3.15 Apropo Tv (r) 4.00 Vorbeşte lumea (r).

Observator

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Mireasa 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Stand Up Revolutions 2.30 Băieţi de oraş 3.00 Observator (r) 4.00 Mireasa (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV

7.00 Starea Naţiei (r) 8.15 Flash monden 9.00 Exclusiv VIP (r) 11.00 Teleshopping 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" (r) 14.00 Focus 15.30 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.15 Serial: „Secretele preşedintelui" 20.00 Film: „Revanşa" (România, 1978). Cu: Jean Constantin 22.30 New Amsterdam 23.30 Film: „O noapte infernală" (Suedia, 2012). Cu: Tom Everett 1.30-6.00 Reluări.

acasă

6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial: „Povestea de pe insulă" (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Moştenitorii" 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de ţigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Teleşcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viaţa (r) 9.00 Cirque du Soleil: Quidam 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Revoluţia tehnologică 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 13.00 Maghiara de pe doi 13.30 Istorii de bun gust (r) 14.30 Documentar 360º 15.30 Teleşcoala 16.30 România... în bucate 17.00 Educaţie la înălţime (r) 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Gala umorului 22.00-5.30 Reluări.

PRO CINEMA

6.15 Serial: „La Bloc" 6.45 La Măruţă (r) 8.45 Film (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „Hallmark: Sweet Surende" (r) 14.30 Film: „Am făcut un dinozaur" (SUA, 2017). Cu: Sylvia Panacione 16.15 Film: „Cine-i şef acasă?" (SUA, 2017) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Ultimul cântec" (SUA, 2010). Cu: Liam Hemsworth, Miley Cyrus 22.45 Film: „Linia morţii" (SUA, 2017). Cu: Elliot Page, Diego Luna 1.00-4.15 Reluări.

SÂMBĂTĂ – 29 octombrie

TVR 1

7.00 3 ceasuri bune 10.00 Vizita de lucru (r) 10.30 Aventura urbană (r) 11.30 Cronicile spaţiului 12.00 Emisiune IT 12.30 Eu pot! 13.30 Guşti! Şi apoi mănânci cu chef Alex Petricean (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Ţară, ţară, cine eşti? (r) 15.20 Ora Regelui 16.15 Izolaţi în România (r) 16.45 O dată-n viaţă (r) 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Horea" (România, 1984) 23.20 Profesioniştii 0.20 World Cup Magazin 0.55-3.50 Reluări – ATENŢIE! Se schimbă ora! Ora 4.00 devine ora 3.00.

PRO TV

6.00 Lecţii de viaţă (r) 7.00 Ştirile PRO TV 10.00 I like IT 10.30 Superspeed la ProTv 11.00 Film: „Familia Addams" (SUA, 2019) 12.45 Ce spun românii (r) 14.00 Film: „Paul, mare poliţist la mall 2" (SUA, 2015) 16.00 Vocea României (r) 19.00 Ştirile PRO TV 20.00 Film: „Ultimul vânător de vrăjitoare" (SUA, 2015). Cu: Vin Diesel, Elijah Wood 22.15 Film: „Casino Royale" (SUA, 2006). Cu: Daniel Craig 1.00-6.15 Reluări.

Observator

6.00 Observator 9.00 Serial: „Adela" (r) 12.00 Medicool 13.00 Observator 13.30 Film: „Misterul ceasului din perete" (SUA, 2018). Cu: Cate Blanchett, Jack Black 15.30 Chefi la cuţite (r) 19.00 Observator 20.00 Te cunosc de undeva 0.00 Chefi la cuţite (r) 3.00 iRoast (r) 4.00 Stand Up Revolutions (r).

PRIMA TV

7.00 Serial (r) 8.00 Film: „Miracol de Crăciun" (SUA, 2009) 10.00 Veterinari în acţiune 11.00 Sănătate cu stil 11.30 Flash monden 12.00 Insider politic 14.00 Starea Naţiei (r) 15.00 Serial: „Pup-o, mă!" (r) 16.00 Film: „Grăbeşte-te-te încet" (România, 1981). Cu: Tamara Buciuceanu, Ştefan Mihăilescu-Brăila 18.00 Focus 19.15 Serial: „Secretele preşedintelui" 20.00 Serial 21.30 Fotbal: Craiova – Hermanstadt 23.30 Film: „Războiul traficanţilor" (SUA, 2019) 1.30-6.00 Reluări.

acasă

6.00 Gospodar fără pereche (r) 8.00 Film: „O inimă regală" (r) 10.00 Gospodar fără pereche 12.00 Serial: „Betty în New York" 15.00 Serial: „Moştenitorii" (r) 20.00 Lecţii de viaţă 21.00 Film: „Dragostea nu intră în vacanţă" (SUA, 2022). Cu: Ansley Gordon 23.00 Serial: „Vlad" 0.00 Serial: „Betty în New York" (r) 3.00 Film: „Dragostea nu intră în vacanţă" (r) 5.00 Serial: „Vlad" (r).

TVR 2

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Opera comică pentru copii 9.00 Generaţia Fit 9.30 Fără prejudecăţi 10.00 Mic dejun cu un campion 11.00 D'ale lu' Mitică (r) 12.00 Cum vă merge? 12.30 Cap compas 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Rivalii 17.00 Levintza prezintă 17.30 Doc.: „Case şi idei" 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Film: „Vieţile Sfinţilor" (partea a II-a). Cu: Sophia Loren, Fab Filippo, Sabrina Ferilli 22.00 Serial: „Legături de sânge" 0.00-5.20 Reluări.

PRO CINEMA

6.00 Serial: „La Bloc" (r) 6.30 Ce spun românii (r) 8.30 Film (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film (r) 14.30 Film: „Bowfinger" (SUA, 1999). Cu: Eddie Murphy, Steve Martin 16.30 Film: „Misterele rebusului 3: magie mortală" (SUA, 2020) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Înrudiţi" (SUA, 2018) 22.45 Film: „Tată fără număr" (SUA, 2013). Cu: Vince Vaughn 0.15-3.45 Reluări.

DUMINICĂ – 30 octombrie

TVR 1

7.00 Universul credinţei 8.00 Bucuria credinţei 8.30 Cronicile spaţiului (r) 9.00 Guşti! şi apoi mănânci (r) 9.30 M.A.I. aproape de tine 10.00 Pro Patria 10.30 Viaţa satului 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Ai luat plasă! 15.30 Exclusiv în România 16.30 Gări de poveste (r) 17.30 Istorii ascunse 18.00 Dosar Romania 18.55 Garantat 100% 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viaţă 23.01 Drumul spre Qatar 0.00-5.30 Reluări 6.00 Oamenii şi legea.

PRO TV

6.00 Lecţii de viaţă (r) 7.00 Ştirile PRO TV 10.00 Doctor de bine 10.30 Umami: al 5-lea gust 11.00 Film: „Paul Blart: Mall Cop 2" (r) 13.00 Apropo 14.00 Film: „Pe măsura prinţului" (SUA, 2021) 16.00 Visuri la cheie (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Ştirile PRO TV 20.00 Film: „Confruntare în adâncuri" (SUA, 2018) 22.45 Film: „Turnul întunecat" (SUA, 2017) 0.00-5.00 Reluări.

Observator

7.00 Observator 9.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 14.00 Cooking Show: Hello Chef 15.00 Te cunosc de undeva (r) 19.00 Observator 20.00 iUmor 0.00 iMai mult Umor cu Vlad Drăgulin 0.12 Stand Up Revolutions (r) 2.30 Observator (r) 3.15 Medicool 4.00 Film: „Misterul ceasului din perete" (r).

PRIMA TV

7.00 Serial: „Secretele preşedintelui" 8.00 Insider politic 10.00 Serial: „Oportuniştii" 11.00 Flash monden (r) 12.00 Film (r) 14.00 Poezie şi delicateţuri (r) 16.00 Cronica cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 19.15 Serial: „Secretele preşedintelui" 20.00 Schimb de mame 22.00 Serial (r) 23.00 Starea Naţiei (r) 0.00 Poezie şi delicateţuri 2.00 Schimb de mame (r) 4.00 Oportuniştii (r) 5.00 Cronica cârcotaşilor (r).

acasă

6.00 Gospodar fără pereche (r) 8.00 Film: „Dragostea nu intră în vacanţă" (r) 10.00 Gospodar fără pereche 12.00 Serial: „Betty în New York" 15.00 Serial: „Moştenitorii" (r) 20.00 Lecţii de viaţă 21.00 Film: „Idilă în livada cu lamâi" (SUA, 2022). Cu: Maddison Bullock, Anthony Coons 23.00 Serial: „Vlad" 0.00 Serial: „Betty în New York" (r) 3.00 Film: „Idilă în livada cu lamă" (r) 5.00 Serial: „Vlad" (r).

TVR 2

7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Natură şi aventură (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Să fim sănătoşi! 12.30 Levintza prezintă (r) 13.00 Film: „Acasă" (România, 1987) 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Film: „Războiul domniţelor" (România, 1969) 22.00 Film: „Ape tulburi" (coprod., 2000). Cu: Sean Penn 0.20-5.55 Reluări.

PRO CINEMA

5.30 Serial: „La Bloc" (r) 6.30 Ce spun românii (r) 8.30 Film: „Bowfinger" (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „Crossword Mysteries: Abracadaver" (r) 14.30 Film: „Clifford şi dinozaurii" (SUA, 1994). Cu: Martin Short 16.15 Film: „O iubire perfectă" (SUA, 2004) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Largo Winch" (SUA, 2008). Cu: Kristin Scott Thomas 23.15 Film: „Antiglonţ" (SUA, 1996). Cu: Damon Wayans, Adam Sandler 0.30-3.45 Reluări.

CADRE

Integramă de **M. ALBU**

BĂUTURI TONICE / COPIL NĂZDRĂVAN		CIOLĂNOȘI / A FACE O REVERENȚĂ		ANA ASLAN / ATENȚII PENTRU OAȘPEȚI		EVENIMENT ISTORIC / ARIPI DE MIG!		USCAT ȘI NERODITOR / ACESTEA SUNT TOATE	S-A AUZIT DE EI / UȘOR ACIDULAT
SUPLIMENT LA SALARIU / EMITE ÎN COSMOS					ȚIN DE BUNII GERMANI / COLONIE DE CORALI				
						SECVENȚĂ DE FILM / A REFACE ORDINEA			
REPETAT CA LA CARTE / SUNET LA CEAS									MIEZ DE PITA! / DORINȚE LACOME
			TOT ALEA / PĂSĂRI CA CINTEZOII						
	CEI DE FAȚĂ / OM ÎN TOATĂ FIREA						ÎNCEPE PLUGUȘORUL / MĂSURI PE OGOR			A I SE TĂIA RESPIRAȚIA
		UN NUMĂR OARECARE / PĂR SĂLBATIC						INIMĂ DE PATRIOT! / CĂSUȚA ALBINELOR	
CAMPIONAT MONDIAL / CORTEGIU / ȚARĂ					DISTRUȘI DE FOC / AȘEZARE RURALĂ				PEȘTE DE BALTĂ
				FRIPTURI VIENEZE / ARIPI DE LĂSTUNI					
MAȘINĂ DIN UZINĂ / A PREVENI							DOCUMENT ISTORIC		

Încălțăminte

Verificați-vă cunoștințele!

1. Prin ce se deosebeau sandalele lui Mercur, zeu cu multiple sarcini din mitologia romană, de încălțămintea celorlalți zei?
2. Cui a lăsat la moartea sa Sfântul Ilie Tesviteanul sandalele sale, conform legendelor hagiografice creștine?
3. Din ce familie de plante face parte „ciubotica cucului”?
4. Ce mare pictor român (1831-1891) a pictat tabloul intitulat „Fetiță”, în care eroina, o micuță blondă, îmbrăcată într-o rochiță albastru deschis poartă pantofi de aceeași culoare și șosete albe?
5. Ce mare compozitor rus (1840-1893) a compus muzica operei „Pantofiorii țarinei”?
6. Ce prozator român a scris romanul „Papucii lui Mahmud”?
7. Cine a realizat, în 1972, filmul franțuzesc „Marele blond cu un pantof negru”?

Răspunsurile la întrebările din numărul trecut

1) Un urcior este un vas cu gâtul strâmt, cu una sau două toarte, folosit pentru transportul lichidelor. 2) Materia primă folosită, de obicei pentru confecționarea urcioarelor este „lutul galben”. 3) Ceramica de Horezu este inclusă în Patrimoniul UNESCO. 4) Povestirea „Urciorul de aur” a fost scrisă de Ernst Theodor Amadeus Hoffman. 5) Melodia „Urciorul” aparține Iuliei Iosipescu. 6) Tabloul „Urciorul spart” este semnat de Jean-Baptiste Grenze. 7) Filmul „Fata cu urciorul” a fost realizat în regia lui Florian Rey.

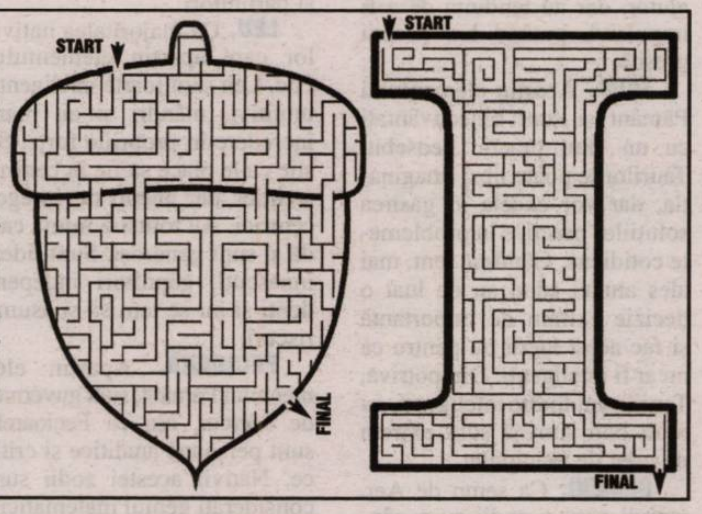
Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Fereastra” am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Luminița Gogioiu* și *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* și *Prof. Mihai Piscureanu,* București.

✉ Așteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirinturile.



Umor

☺ *O femeie primește în casă un bărbat care o curta de mult timp.*

Deodată, ea aude un zgomot în hol.

– Vai, s-a întors bărbatul meu acasă! Repede, pleacă de aici! Sări pe fereastră!

– Cum să fac asta? Suntem la etajul 13!

– Crezi că acum e momentul să fii superstițios?

☺ *Doi colegi de muncă stau de vorbă:*

– Dimineața, deșteptătorul are asupra mea efect de împușcătură.

– Înseamnă că sari imediat din pat?

– Din contră, mă întind parcă aș fi mort.

☺ *Un excursionist vede un cioban stând pe gânduri, în mijlocul pășunii, fără turmă, și îl întreabă:*

– Da' ce faci aici, bade?

– Mă gândesc!

– Unde îți sunt oile?

– No, la asta mă gândesc!

☺ *– Ești exagerat de frumoasă, cu ce te ocupi?*

– Sunt medic veterinar.

– Super, vreau să îmi iau un cățel, dar cum nu stau pe acasă, nu prea am timp să mă ocup de el. Vreau unul mic, să mănânce puțin, spre deloc, că e scumpă mâncarea de căței, deci ce cățel îmi recomanzi?

– Un cățel de usturoi.

SUDOKU

jocul săptămânii: 42

1				6			9	
	7		3		9		5	
6		9	2					
4	1			7			3	
			6		2			
	6			5			1	9
					5	1		3
	4		7		6		2	
	3			2				5

Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocul săptămânii 41

9	2	1	3	4	6	8	5	7
7	3	8	1	5	9	6	2	4
4	6	5	2	7	8	9	3	1
6	5	7	8	1	3	4	9	2
1	4	2	5	9	7	3	8	6
3	8	9	6	2	4	7	1	5
2	9	6	4	3	5	1	7	8
5	7	4	9	8	1	2	6	3
8	1	3	7	6	2	5	4	9

Soluția integramei „IPOTEZE”

Orizontal: R - D - A - B - L - T - NECASATORITA - TATI - INUTIL - RETAIL - UDARE - TA - TITRA - ON - BARA - CHIRCIT - U - ARTAR - IAD - TP - TARIE - IAR - ARII - LEMN - O - GRIS - ULEIATI - LATINE - ORAR - FILANTROPICI.

Sfaturi practice

● Fructele uscate sau confiate nu se lasă pe fundul prăjiturii dacă înainte de a le adăuga în aluat le punem într-un castron cu făină și apoi le scuturăm de surplus.

● Resturile de friptură nu se aruncă. Se taie în cubulețe mici, se împart în porții și se păstrează în congelator. Sunt un adaos excelent pentru supe ori salate.

● Femeile însărcinate nu au voie să consume mai mult de 100 de grame de mure pe zi.

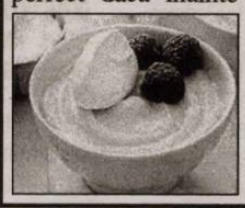
● Budincile ies perfect dacă înainte de a bate albușurile adăugați un praf de sare.

● Murăturile nu mai fac mucegai dacă se pune deasupra un săculeț de tifon cu 2-3 linguri de mușt ar.

● Înainte de a fi puse în ciorbă, borșul sau zeama de varză se fierbe separat, adăugând și o ceapă, care apoi se aruncă.

● Cartofii cu coajă se curăță mai ușor dacă în apa în care fierb se pune un strop de ulei.

● Nucile pentru prăjituri au o aromă bogată dacă înainte de a le măcina le prăjim câteva minute în cuptor.



● Dacă ați adăugat prea multă sare într-o mâncare cu sos va trebui să puneți un cartof crud tăiat cubulețe și să lăsați mâncarea să dea în câteva clocote. Acesta va absorbi excesul de sare.

● Castraveții amari devin buni la gust dacă, după ce sunt tăiați felii, se lasă în lapte puțin sărat timp de 10 minute.

● Cimbrul se dozează cu atenție în mâncăruri deoarece

aroma lui puternică poate da preparatelor un gust amar.

● Coaja ouălor nu mai crapă la fiert dacă în apa din vas adăugăm o lingură cu oțet.

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

Zodia şi inteligenţa nativilor

Calităţile nativilor sunt puternic influenţate de elementul zodiei căruia îi aparţin (Aer, Apă, Pământ şi Foc) şi de planeta guvernatoare.

Pornind de la acest lucru se poate prezice totul, de la compatibilitatea romantică şi până la sănătatea sau finanţele nativilor. Când vine vorba de capacitatea intelectuală şi de rezolvarea problemelor sunt anumite semne zodiacale care ies în evidenţă.

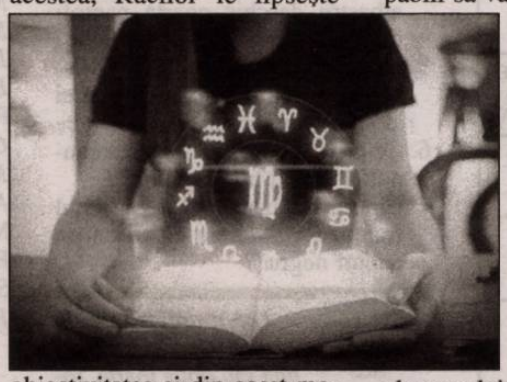
În rândurile următoare astrologii vă invită să descoperiţi cât sunteţi de inteligenţi în funcţie de semnul zodiacal din care faceţi parte.

BERBEC. Nativii acestei zodii aparţin elementului Foc şi sunt cunoscuţi pentru gândirea rapidă, intuiţia sporită şi inspiraţia strălucitoare. Berbecii au o inteligenţă sclipitoare şi abilităţi de rezolvare a problemelor. Aceşti nativi sunt de mare ajutor, dar au tendinţa de a fi impulsivi, putând lua decizii greşite.

TAUR. Aparţin elementului Pământ şi sunt binecuvântaţi cu un simţ practic deosebit. Taurilor le poate lipsi imaginaţia, dar vor excela în găsirea soluţiilor practice la problemele cotidiene. Gândesc lent, mai ales atunci când au de luat o decizie extrem de importantă şi fac acest lucru nu pentru că nu ar fi inteligenţi. Dimpotrivă, Taurii sunt foarte inteligenţi, au mult bun simţ şi sunt extrem de greu de manipulat.

GEMENI. Ca semn de Aer, nativii acestei zodii au o gândire logică şi beneficiază de capacitatea de a analiza situaţii din diferite unghiuri înainte de a lua o decizie. Sunt persoane care gândesc rapid, inteligenţi, curioşi şi cărora le place să înveţe tot ce este nou. Inteligenţa nu este tocmai calitatea care le lipseşte. Au abilităţi de oratori extraordinare şi sunt foarte bine informaţi.

RAC. Nativii ce aparţin elementului Apă îşi leagă deciziile în viaţă de emoţii. Sunt persoane care acumulează informaţiile si care au o memorie excelentă. Sunt unii dintre cei mai sensibili nativi ai zodiacului, aşa că vor fi afectaţi uşor de energiile celor din jur. Cu toate acestea, Racilor le lipseşte



obiectivitatea şi din acest motiv pot deveni uneori nedrepţi şi părtinitori.

LEU. Ca majoritatea nativilor care aparţin elementului Foc, Leii sunt foarte inteligenţi, intuitivi, mândri şi au mare încredere în propriile forţe. Se ştie că le place să fie în centrul atenţiei, dar uneori devin egocentrici. Au totuşi o inimă caldă şi sunt generoşi. Sunt lideri înnăscuţi, gânditori independenţi şi nu se tem să-şi asume riscuri.

FECIOARĂ. Aparţin elementului Pământ, sunt guvernaţi de Mercur, aşa că Fecioarele sunt persoane analitice şi critice. Nativii acestei zodii sunt consideraţi geniul matematicii. Datorită inteligenţei lor, a logicii şi a gândirii rapide vor soluţiona lesne orice problemă.

BALANŢĂ. Aceşti nativi aparţin elementului Aer şi sunt deosebit de inteligenţi. Sunt persoane fermecătoare, amabile, capabile să-şi sacrifice propria fericire pentru a-i face pe ceilalţi să se simtă bine. Pun bază pe echilibru şi armonie. Au obiceiul de a cântări foarte bine orice decizie iau.

SCORPION. Sunt persoane care aparţin elementului Apă şi au o putere mentală uimitoare. Beneficiază de o inteligenţă perceptivă şi au o capacitate de a înţelege lucruri pe care alţi semeni nu le pot vedea. Scorpionii sunt intuitivi şi pot prelua rapid informaţii, aşa că acest lucru poate părea intimidant pentru ceilalţi.

SĂGETĂTOR. Tipic elementului de Foc, Săgetătorii sunt persoane curioase, liniştite şi inteligente. Aceşti nativi sunt capabili să vadă imaginea în ansamblu şi să gândească întotdeauna cu atenţie înainte de a lua o decizie. Sunt consideraţi filozofii şi exploratorii zodiacului. Au o gândire logică şi capacitatea de a-şi separa emoţiile în anumite situaţii.

CAPRICORN. Nativi ce aparţin elementului Pământ, Capricornii au un mod sistematic şi ordonat de a gândi, fiind capabili să treacă prin vremuri grele. Au obiective clare şi se străduiesc să ia întotdeauna decizii inteligente. Înainte de a lua o hotărâre sau de a începe ceva sunt precauţi, însă asta îi va face uneori să rateze. Nu vor renunţa însă niciodată, învăţând din greşeli.

VĂRSĂTOR. Aparţinând elementului Aer, aceşti nativi sunt consideraţi a fi genii. Gândesc clar în situaţii limită, ceea ce îi determină să ia uşor decizii. Sunt inventivi, originali, au o minte ageră şi acceptă uşor ideile altora. Cu toate acestea, Vărsătorii nu vor crede ceva până când nu vor vedea dovezi ce susţin acest lucru.

PEŞTI. La fel ca şi celelalte semne de Apă, nativii Peşti sunt sensibili, emoţionali şi incredibil de inteligenţi. Cei care se nasc în această zodie sunt intuitivi, aşa că sunt capabili să îi înţeleagă pe ceilalţi şi să detecteze când ceva nu este în regulă. Peştii beneficiază de niveluri ridicate de inteligenţă şi creativitate, chiar dacă uneori se lasă prinşi în propria imaginaţie.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Castelul plutitor din Evul Mediu ■ Aţi auzit de „Războiul de 335 de ani”? ■ CIA a fost mereu interesată de OZN şi paranormal ■ Când vinul se vindea la cărămidă... ■ Vaccinul antigripal este un element vital ■ Cele mai bune filme despre monarhia britanică

HOROSCOP

24-30 octombrie 2022

BERBEC 21.03-20.04

Încă de la începutul săptămânii vă veţi sufleca mânecile şi vă veţi apuca de treabă. Veţi găsi soluţii inteligente la probleme pe care le-aţi lăsat de ceva vreme nerezolvate. Veţi fi ca tâmplarul înţelept: măsuraţi de două ori şi tăiaţi o dată.

TAUR 21.04-21.05

Acesta este un timp productiv pentru dumneavoastră, deoarece sunteţi motivaţi să munciţi din greu. Energia va fi lentă, constantă şi veţi persevera să lucraţi din greu până ce treaba este terminată. Sunteţi destul de motivaţi să creşteţi veniturile.

GEMENI 22.05-21.06

Săptămâna aceasta veţi accepta toate invitaţiile la petrecere, vă veţi bucura de întâlnirile cu prietenii apropiaţi şi de momente distractive cu copiii. Nu ar fi rău să luaţi o vacanţă. Momentele de relaxare vor fi pline de satisfacţii.

RAC 22.06-21.07

În aceste zile activităţile în grup vor fi distractive. Este un moment minunat pentru a vă distra acasă. Amintiţi-vă să ascultaţi şi să vorbiţi cu cei dragi. Nimic nu se compară cu timpul petrecut alături de membrii familiei.

LEU 22.07-22.08

Zilele vor curge într-un ritm rapid, iar săptămâna începe într-o notă optimistă, ceea ce înseamnă că veţi fi fericiţi. Cu toate acestea, aveţi tendinţa de a promite mai mult decât puteţi onora şi s-ar putea să supraestimaţi ceva. Fiţi conştienţi de acest lucru.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Vă concentraţi pe bani în aceste zile. În discuţiile legate de finanţe sau în luarea anumitor decizii vă cam grăbiţi şi s-ar putea să greşiţi când faceţi alegerea finală. Amintiţi-vă să rămâneţi conservatori pentru a fi în siguranţă.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Vă simţiţi veseli şi optimişti, acesta fiind motivul pentru care vă răsfăţaţi cumpărând lucruri frumoase pentru dumneavoastră sau pentru casă. Sunteţi nativii care iubesc cel mai mult frumuseţea decât oricare altă zodie.

SCORPION 23.10-21.11

În această săptămână veţi sta mai retraşi. Acest lucru s-ar putea datora unui efort dedicat din partea dumneavoastră de a face faţă impozitelor, datoriilor sau a unor cheltuieli consistente legate de o moştenire sau o proprietate comună.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Sunteţi populari şi dornici să socializaţi. Veţi aprecia compania copiilor, vă veţi bucura de evenimente, de ieşiri alături de prieteni. Gândiţi-vă însă înainte de a vă oferi voluntari pentru ceva, deoarece s-ar putea să muşcaţi mai mult decât puteţi mesteca.

CAPRICORN 22.12-19.01

Arătaţi minunat în ochii celor din jur, chiar dacă nu faceţi nimic special. Va trebui însă să aveţi grijă ca nu cumva să fiţi de acord cu ceva ce aţi putea regreta mai târziu. Acest lucru s-ar putea datora faptului că aveţi opinii puternice despre politică sau religie.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Sunteţi într-o stare de spirit optimistă, mai ales dacă puteţi călători sau dacă faceţi ceva interesant. Veţi fi tentaţi însă să vă implicaţi prea mult în dezbateri filozofice iar acest lucru va întinde puţin nervii partenerilor de discuţii.

PEŞTI 19.02-20.03

Vă simţiţi plini de energie încă de la începutul săptămânii, motiv pentru care sunteţi tentaţi să cheltuiţi bani peste rutina zilnică. Gândiţi-vă de două ori pentru a nu regreta mai târziu. Nu este chiar momentul prielnic să fiţi excesiv de cheltuitori.

Nativul săptămânii: **KORNELIA ENDER** (25.10.1958)

Este o fostă înotătoare germană. Această nativă a zodiei Scorpion a fost prima femeie care a câştigat 4 medalii de aur într-o singură ediţie a Jocurilor Olimpice (Montreal, 1976), toate cu recorduri mondiale. Din 1973 şi până în 1976 a stabilit 23 de recorduri mondiale.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178965

Preţ abonament

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	13,00 LEI
❑ 2 LUNI	26,00 LEI
❑ 3 LUNI	39,00 LEI
❑ 4 LUNI	52,00 LEI
❑ 5 LUNI	65,00 LEI
❑ 6 LUNI	78,00 LEI

Abonamente 2022

Abonaţi-vă la revista Magazin direct la redacţie!

Abonamente 2022

● Modalităţile de abonare sunt următoarele:

❶ Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.

❷ Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin” S.R.L. (CUI: RO 1571838):
– RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
– RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➲ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 45 euro sau 50 $,
– 6 luni: 90 euro sau 100 $,
sume virate în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc ... Scara ... Etaj 1 Ap. ...
Cod 013701 Localitatea Bucuresti
Jud./Sect. 1 Tel. ...
C.N.P. ...
Expeditor ...
Localitatea ...
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. ...

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

SERIE NOUĂ - 1623 • ANUL LXV • 27 OCTOMBRIE 2022 • 16 PAGINI • 3,5 LEI Nr. 43 (3373)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com • redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Caleidoscop

FLOTĂ DE DRONE
care construiesc 3D

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă
Teorii surprinzătoare

Dosarele frumuseţii
3 exerciţii uşoare

Minunile lumii

CĂLĂTORIA OAMENILOR LOZI

„Proverbele sunt înţelepte; toată lumea le pricepe şi uneori pot înlocui foarte bine multe predici”.
Honoré de Balzac

Castelul plutitor din Evul Mediu

Recent cercetătorii au avut şansa să cerceteze o navă de război în marea Baltică, după cum relata situl *Live Science* acum câteva săptămâni: E vorba de o navă regală de război din secolul al XV-lea, care se află pe fundul mării, în largul coastei Suediei, şi care ar fi aparţinut cândva drept „castel plutitor” pentru un rege îndrăzneţ, potrivit unei noi investigaţii subacvatice care a scos la lumină o colecţie frumoasă de tunuri, pistoale, arbalete şi chiar o parte din suprastructura de la pupa navei.

Noile descoperiri de pe epava *Gribshunden,* nava-amiral a regelui Hans (sau John) al Danemarcei până când s-a scufundat în 1495, arată că nava a navigat pe mare ca o navă de război înfricoşătoare, înarmată cu zeci de arme şi plină de soldaţi. Se crede că *Gribshunden* era înarmată cu până la 90 de tunuri, care deşi erau mult mai mici decât tunurile de la sfârşitul secolului al XVI-lea, aflate pe navele de război, transporta soldaţi care trăgeau cu pistoale şi arbalete de pe punţile superioare ale navei, suprastructuri înalte (castele) construite la fiecare capăt al navei.

Nava din lemn, lungă de 35 de metri, a fost una dintre primele nave concepute pentru a transporta artilerie. De asemenea, a folosit noua tehnică de construcţie navală tip „caravelă”, importată în Marea Baltică din Marea Mediterană, adică de îmbinare a scândurilor de la o margine la alta a carenei pe un cadru de lemn, în loc de a le suprapune scândurile, după metoda „clinker”. Tehnica clinkerului s-a dezvoltat în tradiţia nordică a construcţiilor navale, dar cea mai veche atestare a unui „clincher” sunt fragmentele de barcă care au fost descoperite în săpăturile recente pe locul bărcii Nydam din Jutland, barca Nydam, în sine, fiind construită după unele estimări în anul 320 e.n.

Asta însemna că *Gribshunden,* folosind tehnologia fixării scândurilor pe cadru de lemn, tip „caravelă” a putut fi construită cu dimensiuni mai mari, devenind mult mai puternice decât navele „clinker”, şi astfel ar fi putut transporta mai mult, în condiţii maritime dificile.

„Este vorba despre un fel de nouă tehnologie”, a declarat pentru *Live Science* Brendan Foley, arheolog maritim la Universitatea Lund din Suedia, care conduce cele mai recente cercetări. „Vasul a fost conceput pentru a transporta artilerie”.

Navă-amiral

Pe lângă recuperarea de tunuri mici, pistoale, bare transversale şi alte artefacte, arheologii au efectuat, cu ocazia recentelor scufundări subacvatice, o serie de înregistrări 3D.

După 1480, regele Hans a călătorit frecvent pe *Gribshunden* prin tot regatul său, adesea înconjurat de o mare flotă regală”, spune Foley, adăugând că „nava era menită să intimideze rivalii regelui”.

Hans a condus Danemarca din 1481 şi a câştigat coroana Norvegiei în 1483, dar Suedia nu s-a supus domniei sale până în 1497. „Teritoriul lui este Danemarca şi Norvegia şi încearcă să oblige Suedia să se alăture Uniunii Nordice”.

Uniunea Nordică a Danemarcei, Norvegiei şi Suediei a fost numită şi Uniunea Kalmar, după oraşul din Suedia unde a fost convenit în 1397.

Întâmplarea a făcut, însă, ca atunci când Hans urma să se îmbarce pe *Gribshunden* (în traducere „câine Griffin”, deşi iniţial se pare că vasul se numea „Griffon”) pentru a participa la negocierile de la Kalmar din 1495, nava s-a scufundat în mod misterios. Se pare că ar fi fost vorba despre izbucnirea unui incendiu chiar în largul mării, lângă oraşul Ronneby. Regele şi alaiul său se aflau la ţărm în acel moment, dar un martor al dezastrului declara că mulţi dintre cei aproximativ 150 de oameni de la bord au murit.

„Multe dintre tunurile navei au fost probabil salvate la scurt timp după scufundare”, presupune Foley; la ultimele cercetări subacvatice au fost găsite doar 14 afeturi de tun lângă pupa, dar multe altele au fost probabil situate lângă provă.

O particularitate a Mării Baltice de est o constituie faptul că-i prea rece şi sălcie pentru acţiunile viermilor de lemn (care nu sunt chiar viermi, ci o specie de moluşte, *Teredo navalis).*

> ASTĂZI, UNELE NAVE DE CROAZIERĂ SUNT ADEVĂRATE ORAŞE PLUTITOARE, TRANSPORTÂND MII DE PERSOANE, UTILATE CU TOATE FACILITĂŢILE NECESARE UNEI LUNGI CĂLĂTORII MARITIME. DAR NE ESTE GREU SĂ NE IMAGINĂM UN CASTEL PLUTITOR ÎN SECOLUL AL XV-LEA. ŞI TOTUŞI.

Din această cauză, afeturile din lemn pentru tunuri sunt încă intacte, deşi pistoalele de fier au ruginit, a explicat Foley. Dar, foarte interesant, nu există niciun semn de incendiu pe navă, aşa că o posibilă explicaţie a scufundării navei-amiral regale ar fi că ea s-a scufundat rapid după ce a fost avariată sub linia de plutire, probabil ca urmare a exploziei depozitelor ei de praf de puşcă.

Scafandrii au recuperat în 2015 figura unui cap de monstru sau dragon de pe epava navei Gribshunden.

Castel plutitor

Scafandrii locali au redescoperit epava *Gribshunden* de lângă Ronneby în anii 1970, la o adâncime de 10 metri. A fost identificată în 2013, iar în 2015, arheologii au recuperat mai multe artefacte, inclusiv figura unei persoane strânsă în fălcile unui câine de vânătoare sau dragon.

În august şi septembrie, Foley a condus scufundările la epavă, timp în care echipa a recuperat mai multe artefacte şi a cules date tridimensionale pentru o reconstrucţie digitală. Epava este considerată un „geamăn” al navelor din Epoca Explorării, cum ar fi cele ale lui Cristofor Columb şi Vasco da Gama, care au fost construite cam în acelaşi timp, dar care azi sunt pierdute. „Nu s-a mai descoperit nimic altceva de genul acesta”, a declarat Foley. „Combinaţia de arme şi arbalete, precum şi rămăşiţele unor armuri , care au fost, de asemenea, descoperite, arată tranziţia de la armele anterioare la armele cu praf de puşcă”, a adăugat cercetătorul.

Tunurile mai mari ale navei erau montate pe cărucioarele de lemn şi trăgeau proiectile de dimensiunea unor mingi de golf, iar pistoalele erau foarte simple, lungi de aproximativ 40 de centimetri, care trăgeau cu proiectile de mărimea bilelor de muschetă.

Fritz Jürgens, un arheolog maritim de la Universitatea Kiel din Germania, care conduce cercetările asupra unei nave rare, vechi de 400 de ani, descoperită în râul Trave din vestul Mării Baltice, a subliniat faptul că *Gribshunden* este cea mai veche navă construită tip „caravelă” şi una dintre cele mai vechi nave de război descoperită vreodată în marea Baltică. „În Evul Mediu şi în perioada hanseatică ulterioară, între secolele XIII-XVII, s-au folosit nave de marfă normale pe care le-au „completat” cu arcaşi”, a spus Jürgens, „dar *Gribshunden* avea montată artilerie pe castelul de provă şi castelul de pupa, fiind construită special pentru război”.

GEORGE CUŞNARENCU

43
5 948427 000188

MUREŞ
TÂRGU-MUREŞ

Flotă de drone care construiesc 3D

Viitoarele şantiere de construcţii ar putea arăta diferit datorită noilor tehnologii de imprimare 3D. Spre deosebire de loturile de teren pline cu muncitori, aceste activităţi ar putea fi efectuate cu drone care imprimă 3D structuri de oţel şi beton.

O echipă internaţională de ingineri a realizat un lot de drone care au capacitatea de a crea structuri arhitectonice în timp ce plutesc în aer. Aceste drone deschid posibilitatea ca proiectele de construcţii să existe în zone care altfel ar fi inaccesibile, potrivit materialelor publicate în revista Nature.

Inspirată de insecte precum albinele şi viespile care utilizează tehnici de construcţie colectivă, echipa de cercetare a folosit un roi de drone de imprimare 3D, primul de acest fel, care navighează autonom şi depun materiale de construcţie.

„Am demonstrat că dronele pot lucra autonom şi în tandem pentru a construi şi repara clădiri, cel puţin în laborator, a declarat Mirko Kovac, şeful centrului de materiale şi tehnologie de robotică la institutul de cercetare elveţian Empa. Această soluţie scalabilă ar putea ajuta la construcţia şi repararea în zone greu accesibile, cum ar fi clădirile înalte."

Imprimarea 3D, cunoscută şi sub numele de fabricaţie aditivă, este deja folosită pentru a spori eficienţa şi siguranţa unor proiecte de construcţii. Dimensiunile mari ale tehnologiei actuale de imprimare 3D, precum şi faptul că acest echipament este de obicei conectat la o sursă de alimentare staţionară limitează capacitatea acestor maşini de a construi în medii ostile, ce pot fi dificil de accesat.

Pentru a evita asemenea limitări, tehnologia propusă foloseşte două tipuri de drone aeriene, care lucrează împreună: BuilDrone utilizează o duză de depozitare pentru a descărca materialele fizice de construcţie, iar ScanDrone observă şi analizează operaţiunile de depozitare ale omologului său şi transmite informaţiile pentru următorii paşi de fabriaţie.

Aceste soluţii pot fi foarte rentabile, eficiente şi oferă un mod cu totul nou de lucru, care altfel e destul de costisitor folosind tehnici tradiţionale. Dronele aeriene ar putea ajuta la construirea de locuinţe şi infrastructură în care creşterea fără precedent a frecvenţei dezastrelor naturale şi ostilitatea condiţiilor climatice fac ca abordările existente de construcţie să fie dificile.

În continuare, dronele ar putea imprima în 3D case temporare pentru persoanele strămutate sau pot face reparaţii la infrastructură în timpul unei pene de curent.

Fluture sau molie?

Oarecum paradoxal, când vine vorba despre aceste creaturi foarte vulnerabile care sunt fluturii, sentimentele umane sunt tranşate absolut radical: ne sensibilizează în mod deosebit, admirăm şi adorăm superbii fluturi de zi însă vânăm cu o ură instinctuală moliile cele devoratoare de veşminte şi ţesături naturale.

Este adevărat, aspectul lor decide şi el reacţia oamenilor, totuşi cum deosebim fluturii „răi" (moliile) de cei „buni", dacă toţi fac parte din aceeaşi mare familie, mai exac din ordin Lepidoptera?

Diferenţa cea mai importantă este că moliile sunt insecte nocturne, iar fluturii, diurni. Se remarcă în mod spectaculos, în cadrul celor circa 180.000 de specii din întreaga lume, deosebirile morfologice şi coloristice, iar mai în profunzime – comportamentul şi modurile de viaţă.

Ceea ce atrage imediat atenţia constă în nuanţele cromatice strălucitoare, vii şi extrem de variate ale fluturilor de zi, în timp ce moliile au culori terne, în nuanţe de gri şi maro. Antenele primilor sunt în general subţiri, filamentoase, spre deosebire de cele pufoase, în formă de pieptene, ale moliilor, dar funcţiile lor sunt practic similare, fiind folosite pentru echilibru şi miros; la molii şi pentru orientare ori pentru a-şi găsi perechea.

Impresionantă este deosebirea dintre aripi: fluturii au câte două pe fiecare parte a corpului, mişcările lor fiind independente, în timp ce la molii acestea sunt unite printr-o structură asemănătoare solzilor, ce le face să se miște simultan. O altă diferenţă importantă constă în poziţiile lor de odihnă: fluturii se odihnesc cu aripile îndoite peste spate în timp ce moliile îşi răspândesc aripile largi.

Modul de hrănire diferă, în sensul că dacă fluturii de zi se bazează pe nectarul florilor şi pe sucuri de fructe, moliile se hrănesc numai cu anumite particule din ţesăturile textile, dar şi ele agreează esenţele dulci de natură vegetală. În fine, în vreme ce fluturii în general nu trăiesc mai mult de două săptămâni, speciile de molii pot vieţui de la zece zile la zece luni.

Se merită...

Să vorbim corect!

Auzim adesea în jurul nostru spunându-se „nu se merită să faci...". Expresia a fost influenţată puternic de impersonalul „se cuvine să..."

Verbul „a merita" este unul tranzitiv a cărui acţiune se răsfrânge direct asupra unui element oarecare. El nu are formă reflexivă, mai ales una impersonală. Sensul ei poate fi înlocuit cu alte expresii cum ar fi „se cade". Aşadar, în cazul citat exprimarea corectă ar fi „nu se cuvine/ nu se cade să...".

De asemenea putem spune: „această acţiune (sau gest etc.) nu merită să fie făcută".

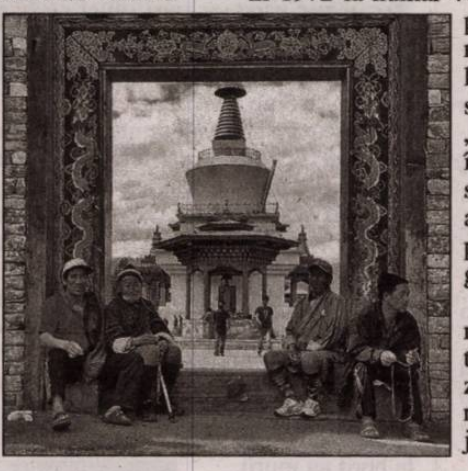
Pronumele *„se"* trebuie exclus dintr-o vorbire corectă. *(I.S.)*

Memorial Chorten – locul credinţei

Într-o regiune muntoasă situată între China şi India se află micul regat Bhutan, care, în urma unui sondaj global, a fost declarat neoficial ţara unde trăiesc cei mai fericiţi oameni de pe planetă. Numeric, populaţia acestei ţări din Himalaya se situează sub 800.000 de locuitori, dar cu toţii păstrează cu sfinţenie tradiţiile şi mentalitatea sănătoasă moştenite de veacuri.

Conservarea mediului nu este o parte a legii sau a regulilor, bhutanezii cred pur şi simplu că protejarea şi salvarea naturii este modul de viaţă ideal – vital şi obligatoriu. De asemenea, conservarea mediului este unul dintre pilonii indicelui fericirii lor –pe lângă matematică şi ştiinţă, copiii învaţă protecţia mediului şi tehnicile de bază ale agriculturii. În Bhutan, să-i înveţi pe copii să fie oameni buni este la fel de important ca să obţină note bune.

În Timphu, capitala acestui regat tibetan, se află Memorial Chorten, o stupa (templu sau loc de meditaţie) construită în 1974 în memoria celui de-al treilea rege al Bhutanului, Jigme Dorji Wangchuk, mort în 1972 la numai 44 de ani şi considerat părintele Bhutanului modern. A fost dorinţa lui să se construiască stupa, ca reprezentând „mintea lui Buddha", însă nu a mai avut timp să o pună în practică, astfel că de ea s-a ocupat ulterior mama regelui.



La vizitarea acestui monument emblematic, oaspeţii vor întâlni zeci de bătrâni bhutanezi care circulă în jurul Chorten în cea mai mare parte a zilei. Cuvântul chorten, în limba locală, înseamnă „sediul credinţei", iar localnicii numesc stupa, în glumă, „grădiniţa bătrânilor", fiindcă mulţi dintre ei vin zilnic aici, aduşi de copiii care merg la muncă ori sosiţi singuri, pentru a-şi petrece ziua în liniște, rugăciune, meditaţie şi în compania unor semeni de aceeaşi vârstă cu ei.

Seniorii de la Memorial Chorten sunt deoebit de prietenoşi, faţă de orice om întâlnit, indiferent din ce parte a lumii ar veni el, arătându-se la fel de zâmbitori, calmi şi binevoitori, dispuşi să ofere ajutor, dacă e cazul, ori sfaturi şi învăţături.

Pentru aceşti bătrâni ideea după care îşi ordonează zilele se concentrează în ceea ce numim prietenie. Aceasta le dă fericirea pe care occidentalii cu greu şi-o pot imagina, soluţia cea mai simplă şi mai eficientă care ne poate aduce cu adevărat satisfacţia propriei vieţi.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU
Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu
FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul:
TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.

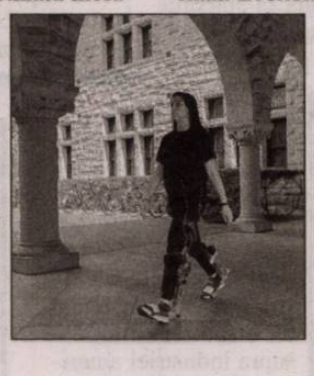
Încălțăminte robotizată

În basme eroii foloseau „cizme fermecate" pentru a se deplasa mult mai rapid sau chiar pentru a zbura dar știința modernă este pe cale să egaleze aceste „performanțe", grație unui exoschelet.

Creată la Universitatea Stanford, încălțămintea robotizată este prevăzută cu un motor care acționează în tandem cu mușchii gambei pentru a da purtătorului un impuls suplimentar la fiecare pas.

Motorul sincronizat cu precizie controlează încălțămintea, astfel încât să transmită un „cuplu" – o forță de răsucire care poate provoca o rotație în jurul unei axe – la articulația piciorului. Noua creație ar putea fi utilizată pe scară largă în viața de zi cu zi, de către persoanele cu mobilitate redusă sau care au locuri de muncă solicitante din punct de vedere fizic. „Există o serie de persoane cu suferințe clinice pe care sperăm să le ajutăm, inclusiv adulții în vârstă, persoanele cu slăbiciune musculară în urma unei varietăți de afecțiuni, cum ar fi accidentul vascular cerebral, și recuperări specifice de leziuni, cum ar fi întinderea tendonului lui Ahile", declară Patrick Slade, autorul studiului. „În general, adulții în vârstă au pierderi musculare, merg mai încet și necesită mai mult efort pentru a merge la aceeași viteză ca și persoanele mai tinere, așa că suntem încântați de posibilitatea de a ajuta la inversarea acestor tendințe."

Dispozitivul constă într-un exoschelet purtat la fiecare gleznă și un pachet de baterii în jurul taliei. Fiecare piesă de încălțăminte robotizată include senzori pentru a monitoriza mișcarea, un motor pentru a produce „cupluri de asistență", un cadru din fibră de carbon și aluminiu, precum și un pantof și o curea din piele de vițel pentru a transfera forțele către corp. Inginerii au folosit un model de învățare automată pentru a dezvolta încălțămintea lor cu exoschelet, care poate fi personalizată pentru a se potrivi nevoilor purtătorului.



Modelul poate evalua modul în care exoscheletul afectează mersul pe baza informațiilor (cum ar fi unghiul gleznei și viteza) colectate de senzori pentru a regla dispozitivul, astfel încât acesta să se potrivească cel mai bine caracteristicilor de mers ale fiecărui utilizator în parte.

Testele efectuate pe participanți tineri și sănătoși au arătat că utilizarea dispozitivului a dus la o creștere cu 9% a vitezei de mers, cu 17% mai puțină energie consumată pe distanța parcursă, în comparație cu mersul în pantofi normali. Economiile de energie și creșterea vitezei au fost echivalente cu scoaterea de pe umeri a unui rucsac de 9,2 kg, susțin cercetătorii.

În viitorul apropiat, cercetătorii plănuiesc să dezvolte variante ale dispozitivului care pot fi folosite pentru a ajuta la îmbunătățirea echilibrului și la reducerea durerilor articulare.

Poliuretan descompus de bacterii

Pielea animală, folosită la marea majoritate a încălțămintei produse pe Pământ poate avea nevoie de 40 de ani pentru a se descompune, iar tălpile din cauciuc de până la 80 de ani.

În acest timp, fiecare încălțăminte din material plastic pe care ați purtat-o

vreodată există încă pe planetă și vor trece mii de ani până să se degradeze.

Asta înseamnă că miliardele de perechi de pantofi aruncate anual ar putea exista și peste mii de ani – dar încălțările viitorului ar putea să nu mai dureze atât de mult. Acest lucru se datorează faptului că oamenii de știință de la Universitatea din California San Diego au creat un tip de încălțăminte care începe să se descompună după doar patru săptămâni sub apă.

Materialele sale sunt concepute pentru a fi descompuse de creaturile marine în substanțele chimice inițiale, pe care acestea le pot consuma apoi ca nutrienți. Cercetătorii spun că acest înlocuitor al plasticului ar putea rezolva problema poluării care afectează în prezent oceanele lumii.

Conducătorul studiului, profesorul Stephen Mayfield a declarat: „Eliminarea necorespunzătoare a plasticului în oceane face ca acesta să se descompună în microplastic, ceea ce a devenit o uriașă problemă de mediu.".

Cercetătorii estimează că anual 8 miliarde de kilograme de plastic ajung în ocean, iar până în 2025 se preconizează o creștere abruptă a acestui volum. Încălțămintea contribuie în mare măsură la aceste deșeuri, atât în apă, cât și în depozitele de deșeuri, iar șlapii pe bază de plastic sunt cele mai populare încălțări din lume.

Atunci când deșeurile de plastic ajung în ocean, acestea perturbă ecosistemele marine și migrează, formând grămezi uriașe de gunoaie, cum ar fi marea pată de gunoi din Pacific, cu o suprafață de 1,6 milioane de kilometri pătrați. Materialul nu se degradează niciodată complet în mare, în schimb, se descompune în microplastice minuscule care rămân acolo timp de secole.

În ultimii opt ani, echipa profesorului Mayfield a dezvoltat spume poliuretanice fabricate din ulei de alge, despre care a demonstrat că se vor degrada rapid în compost și în sol. Pentru noul lor studiu, cercetătorii californieni au vrut să testeze dacă scufundarea materialului în apă de mare ar da aceleași rezultate.

Aceștia au expus mostre de spumă la un ecosistem natural din apropierea țărmului, la Ellen Browning Scripps Memorial Pier and Experimental Aquarium, pe o perioadă de până la 30 de săptămâni. Modificările în legăturile moleculare ale probelor au fost urmărite cu ajutorul spectroscopiei în infraroșu cu transformată Fourier și vizualizate cu ajutorul microscopiei electronice cu scanare.

S-a constatat că poliuretanul a început să se biodegradeze după numai patru săptămâni, fiind ajutat de un sortiment de organisme marine. Bacteriile și ciupercile au descompus moleculele lungi de poliuretan în substanțele chimice inițiale, pe care le-au putut consuma ca nutrienți.

Marte, poluată cu resturi terestre

În ultimii 50 de ani, oamenii au lăsat pe Marte mai mult de 7000 de kilograme de deșeuri, deși niciun pământean nu a pus încă piciorul pe Planeta Roșie. Cagri Kilic, cercetător postdoctoral în domeniul roboticii la Universitatea West Virginia, a analizat masa tuturor roverelor și stațiilor orbitale trimise pe Marte și a scăzut greutatea roboților funcționali, rezultând 7300 de kilograme de resturi.

Deșeurile includ hardware aruncat, nave spațiale inactive și cele care s-au prăbușit pe suprafață – mai exact, o sondă spațială sovietică, amartizată forțat în 1971. Nu numai că oamenii poluează deja o altă planetă, dar savanții se tem că resturile ar putea contamina mostrele colectate de roverul Perseverance al NASA, care caută în prezent urme de forme de viață străvechi pe Marte.

O mare parte dintre deșeuri este inevitabilă, deoarece multe dintre piese trebuie aruncate pentru a proteja ambarcațiunile în timp ce acestea străbat atmosfera infernală a Planetei Roșii – inclusiv Perseverance, care a îndurat șapte minute de iad atunci când a amartizat în februarie 2021.

Roverul, care colectează mostre de pe Marte ce vor fi aduse pe Pământ, a surprins numeroase imagini cu deșeuri în timpul misiunii sale. Însoțitorul roverului, elicopterul Ingenuity, a surprins, de asemenea, o imagine a echipamentului de aterizare folosit în timpul sosirii sale cu Perseverance în 2021.

O parașută și carcasa din spate în formă de con, care a protejat roverul în spațiu, precum și în timpul coborârii sale spre suprafața marțiană, au fost văzute în detalii incredibile.

Pe Marte se află în total nouă nave spațiale inactive: modulul Mars 3, modulul Mars 6, modulul Viking 1, modulul Viking 2, roverul Sojourner, modulul Schiaparelli al Agenției Spațiale Europene, modulul Phoenix, modulul Spirit și modulul Opportunity. Potrivit lui Kilic, majoritatea roboților sunt încă intacți, iar agențiile spațiale îi consideră mai degrabă monumente istorice decât deșeuri.

Uniformele școlare, toxice pentru sănătatea copiilor

Teste științifice efectuare recent au arătat că articole vestimentare precum sacourile, cămășile și cravatele care fac parte din uniformele școlare conțin niveluri ridicate de „substanțe chimice veșnice" (PFAS), așa cum sunt cunoscute din punct de vedere științific care ar împiedica creșterea copiilor și au fost asociate cu cancerul și infertilitatea.

Cercetările sugerează că uniformele școlare pot reprezenta un risc pentru sănătatea copiilor. „Uniformele sunt purtate direct pe piele timp de până la opt ore pe zi de către copii, care sunt deosebit de vulnerabili la aceste substanțe, adăugate în ultimele decenii în materialele textile pentru a preveni pătarea. Substanțele respective sunt folosite în vasele de gătit, în jucăriile pentru copii și pot fi găsite acum și în unele surse de apă. Copiii sunt expuși prin contactul direct cu pielea și prin inhalarea sau ingestia de fibre, substanțele nocive putându-se acumula în fluxul sangvin." Profesoara Miriam Diamond, de la Universitatea din Toronto, a declarat: „Nu cunosc niciun părinte care să pună mai mult preț pe respingerea petelor decât pe sănătatea copilului său."

Arlene Blum, director executiv al Green Science Policy Institute – instituție care a fost implicată în cercetare, a cerut măsuri urgente. Ea a declarat: „Pentru a ne proteja copiii și generațiile viitoare, întreaga clasă de PFAS ar trebui eliminată din uniformele școlare și din toate celelalte produse în care nu sunt esențiale. Producătorii pot preveni daunele prin renunțarea la PFAS cât mai curând posibil."

Studiul, publicat în revista *Environmental Science and Technology Letters*,

a analizat 72 de mostre de produse vestimentare pentru copii cumpărate în SUA și Canada între 2020 și 2021. Experții s-au concentrat asupra articolelor etichetate ca fiind rezistente la pete, apă sau încrețire.

De asemenea, au analizat și alte articole de îmbrăcăminte pentru copii, cum ar fi hanorace, costume de baie, bavete și mănuși. Concentrațiile de PFAS au fost cele mai ridicate în uniformele școlare, în special în articolele etichetate ca fiind 100% bumbac.

Substanțele chimice veșnice, cunoscute sub denumirea de substanțe polifluoroalchilice, au fost legate de un risc crescut de cancer renal și testicular. Studiile au sugerat, de asemenea, că acestea afectează sistemul imunitar și cresc riscul de malformații congenitale.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Vinul la „pachet”

În America anilor 1920-1930, mai precis în perioada Prohibiției, strugurii au fost o marfă foarte căutată. Tone de pachete dreptunghiulare, sub forma unor cărămizi, conținând struguri presați într-un ambalaj etanș, erau trimise din California în toată țara.

Pe ambalajul lor era scrisă o avertizare ciudată și foarte specifică: „După ce ați dizolvat cărămida într-un galon de apă, nu puneți sub nicio formă lichidul într-un ulcior, la răcoare, timp de douăzeci de zile, pentru că atunci se va transforma în vin.”

Evident, toți consumatorii știau că trebuie să procedeze exact invers... Practic, aceasta era o metodă inteligentă – și cât se poate de legală – de a ocoli prevederile aspre ale Prohibiției.

Strugurii compactați în „cărămizi” includeau chiar și arome – de Burgundia, Sherry sau Porto. Trebuie spus că, dacă spirtoasele erau complet interzise, fabricarea vinului la domiciliu în timpul Prohibiției a fost complet legală. Aceasta pentru că un paragraf din Legea Volstead (prin care era interzisă comercializarea alcoolului pe întreg teritoriul SUA) le permitea cetățenilor americani să prepare și să consume până la 200 de galoane de vin în casa lor (ceea ce înseamnă puțin peste două sticle standard de 750 ml, pe gospodărie), cu condiția să nu comercializeze băutura.

Trebuie știut că la acea vreme vinul nu era deloc o băutură populară în America. El era mai greu de transportat și avea o marjă de profit mai mică decât preferatele contrabandiștilor, „ginul de cadă” și cocktailul „moonshine”, care erau băuturi spirtoase tari.

În condițiile Prohibiției și ale „portiței” de care aminteam consumul de vin în SUA a crescut în nici un deceniu de la 70 de milioane de galoane pe an la 150 de milioane de galoane pe an, vinul „la pachet” devenind o variantă legală prin care consumatorii care nu aveau condiții să-și cultive singuri strugurii îi puteau achiziționa – fără ca nimeni să-i poată acuza că ar face vin din ei!

Strugurele preferat de vinificatorii care au apelat la această metodă ingenioasă a devenit rapid Alicante Bouschet. Pielițele groase și rezistente ajutau strugurii să supraviețuiască călătoriei de-a lungul țării și soiul a început să fie cultivat pe scară largă în California.

Alicante producea până la 600 de galoane de vin dintr-o tonă de struguri (aproximativ de două ori mai mult decât orice alt soi roșu!), deoarece putea fi presat de mai multe ori.

Strugurii erau presați în calupuri după care, odată sosiți la destinație, erau amestecați cu apă și zahăr și lăsați la fermentat. Alicante nu oferea cea mai plăcută experiență a gustului, dar era o variantă mult mai ieftină decât spirtoasele. Până la sfârșitul Prohibiției, în 1933, au fost plantate peste 40.000 de hectare cu soiul Alicante, fiind eliminate în acest scop numeroase livezi de pomi fructiferi și vițe mai nobile.

„Cărămizile” de struguri au avut totuși un efect dezastruos asupra industriei americane a vinului. Prin încurajarea producției de struguri ieftini, cu creștere rapidă, precum Alicante Bouschet, în detrimentul altor soiuri mai lente, America a pierdut locul fruntaș pe care începuse să-l dețină pe piața vinurilor de calitate, la începutul secolului XX.

Vinul american nu și-a recăpătat popularitatea pe scară largă decât după 1970, când a reușit să se impună, în cadrul unei faimoase degustări (rămasă în istorie sub denumirea de „Judecata de la Paris”) „în orb” în fața mult mai faimoaselor vinuri franțuzești. Astăzi, pe întreg teritoriul Statelor Unite nu se mai cultivă decât 1500 de acri cu Alicante, iar „vinul la cărămidă” a rămas un capitol amuzant, dar întunecat, al istoriei vinurilor.

Fotodocument

Pilotul favorit al lui Stalin

Unul dintre cei mai talentați piloți din istoria aviației, Valeri Cikalov, este surprins în acest instantaneu fotografic la puțin timp după întoarcerea dintr-o fenomenală cursă care l-a purtat la bordul avionului său, din URSS, pe deasupra Polului Nord, până în SUA. Zborul a durat 63 de ore și la întoarcere Cikalov și cei doi colegi ai săi au fost întâmpinați de Stalin care îl aprecia foarte mult pe pilot și îi ierta toate „aroganțele”. O ultimă aroganță, comisă în decembrie 1938, i-a fost însă fatală: Cikalov a respins temerile inginerilor sovietici și a urcat la manșa unui avion cu probleme, prăbușindu-se la scurt timp după decolare.

„Războiul de 335 de ani”?

Toată lumea a auzit de „Războiul de 100 de ani”, de „Războiul de 30 de ani” sau de mai recentul „Război de șase zile”, dintre Israel și țările arabe. Dar puțini știu că războiul care a durat cel mai mult, în întreaga istorie a omenirii – deși nu a făcut nicio victimă – s-a declanșat cu sute de ani în urmă, mai precis pe 30 martie 1651, ca parte a războiului civil din Anglia.

Între 1642 și 1652, Anglia s-a aflat în plin război civil între regaliștii regelui Carol I și parlamentarii lui Oliver Cromwell. În acest timp, olandezii purtau propriul război pentru independența față de Spania – Războiul de 80 de ani – pe care aveau să-l câștige în cele din urmă, în 1648.

Anglia regală luptase alături de olandezi ca aliat, dar, nerecunoscătorii olandezii au intrat în Războiul civil englez de partea parlamentarilor – tabăra care avea cele mai mari șanse să câștige. Regaliștii englezi s-au simțit trădați de olandezi și și-au făcut cunoscută furia printr-o serie de raiduri asupra navelor olandeze în Canalul Mânecii, confiscând atât vasele comerciale batave, cât și încărcătura acestora. Aceste triumfuri minore nu au contribuit prea mult la îmbunătățirea situației generale a regaliștilor.

Oliver Cromwell a capturat toată Anglia continentală, forțându-i pe regaliști să se retragă în Insulele Scilly, aflate la circa 50 km în largul coastelor Cornwallului, în sud-vestul Angliei.

În 1651, faimosul amiral olandez Maarten Harpertszoon Tromp a debarcat în Insulele Scilly spre a cere despăgubiri pentru încărcăturile și navele confiscate în timpul raidurilor. Se presupune că el ar fi avut ordin să declare război dacă regaliștii nu plăteau – ceea ce s-a și întâmplat, în ciuda faptului că Scilly era doar o parte a Angliei și nici măcar o țară de sine stătătoare. După cum s-a dovedit, războiul nu a însemnat mare lucru. După câteva săptămâni, în iunie 1651, forțele revoluționare ale lui Cromwell, aflate sub comanda amiralului Robert Black, au obligat flota regalistă să se predea, iar insulele Scilly au revenit sub control parlamentar.

Olandezii au părăsit insulele fără să tragă un singur foc de armă și au navigat spre casă, uitând însă să declare pacea cu regaliștii din Insulele Scilly, ceea ce a făcut ca aceste insule să rămână, tehnic, în stare de război cu Olanda. Abia în 1985 un istoric local din Scilly, Roy Duncan, a scris Ambasadei Olandei la Londra pentru a afla dacă în arhivele olandeze există vreo dovadă care să susțină afirmația aparent absurdă a unui război de 335 de ani.

Spre surprinderea tuturor, ambasada a descoperit o serie de documente care sugerau că Țările de Jos și insulele erau, într-adevăr, încă în stare de război! Declarându-se, mai în glumă, mai în serios, „îngrijorat de posibilitatea unei noi amenințări olandeze”, Duncan i-a scris în grabă un mesaj personal ambasadorului olandez Rein Huydecoper, invitându-l să viziteze insulele și să semneze un tratat de pace.

Având un simț al umorului la fel de dezvoltat, Huydecoper a acceptat cu plăcere invitația, iar pe 17 aprilie 1986 a fost semnat solemn un tratat de pace între Insulele Scilly și Regatul Țărilor de Jos.

Astfel, pentru prima dată în 335 de ani, locuitorii din Insulele Scilly au putut dormi în siguranță, după cum remarca mucalitul diplomat olandez, „pentru cei 2000 de locuitorii de aici trebuie să fi fost îngrozitor să știe că ar fi putut fi atacați în orice moment!”

Astăzi în istorie

27 octombrie 1858

S-a născut Theodore Roosevelt, președinte al SUA

Theodore Roosevelt a fost al 26-lea președinte al Statelor Unite, dar această personalitate dinamică a devenit un erou pentru milioane de americani.

În momentul în care a ajuns la președinție, la vârsta de 42 de ani, fiind încă cea mai tânără persoană care a deținut vreodată această funcție, Roosevelt fusese deja deputat în Adunarea Statului New York, șerif adjunct în teritoriul Dakota, comisar de poliție al orașului New York, comisar al serviciului civil al SUA, secretar adjunct al Marinei, colonel al celebrului batalion de mercenari Rough Riders, guvernator de New York și vicepreședinte al SUA.

Ca istoric, a fost președinte al Asociației

Istorice Americane, iar ca naturalist a fost considerat o autoritate în domeniul marilor mamifere americane. A condus două expediții științifice majore, una în America de Sud și una în Africa. Între toate aceste activități, Roosevelt și-a găsit timp să se ocupe de creșterea animalelor, să vâneze pe mai multe continente, să crească șase copii zvăpăiați și rebeli, să citească un număr remarcabil de cărți (adesea una pe zi!) și să scrie peste treizeci și cinci de lucrări.

Roosevelt a renunțat la tradiția americană a izolaționismului, conducând America în arena politicii de putere internațională. El a negociat încheierea Războiului ruso-japonez, pentru care a fost distins cu Premiul Nobel pentru Pace. Roosevelt a luat, de asemenea, măsuri decisive pentru ca mult doritul Canal Panama să fie construit.

Cea mai mare moștenire a lui Roosevelt este în domeniul conservării mediului. El a creat primele 51 de Rezervații Federale de Păsări, cinci Parcuri Naționale și primele 18 Monumente Naționale. După două mandate, Roosevelt a candidat din nou la președinție în 1912, în calitate de lider al Partidului Progresist.

Deși acest efort a eșuat, multe dintre politicile susținute de el au fost adoptate ulterior de președinții Woodrow Wilson și Franklin Roosevelt. A murit la vârsta de 60 de ani, la 6 ianuarie 1919, la casa sa, Sagamore Hill, din Oyster Bay, New York.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

E bine de ştiut

În atenţie, retenţia de apă

Vă plângeţi de glezne şi mâini umflate, dureri de cap, balonare, picioare grele şi creştere în greutate? Sunteţi în faţa simptomelor specifice retenţiei de apă, cea care reprezintă încărcarea excesivă cu lichide a ţesuturilor. În mod normal, între ţesuturi şi plasma sângelui are loc un schimb permanent de fluide. Retenţia de apă apare atunci când sistemul limfatic nu reuşeşte să recupereze apa din ţesuturi pentru a o reda circulaţiei sangvine sau atunci când aceasta trece într-o cantitate prea mare în compartimentul interstiţial. Apare astfel un dezechilibru între cantitatea de fluide ajunse în ţesuturi şi cea drenată. Cauzele acestui dezechilibru pot fi consecinţa unei circulaţii venoase deficitare sau a unei disfuncţii la nivelul sistemului limfatic. Retenţia de apă mai poate fi cauzată de diferite fluctuaţii hormonale ale organismului. De cele mai multe ori însă este vorba despre lucruri simple, uşor controlabile: consumul insuficient de apă, aportul exagerat de sare sau unele carenţe nutriţionale.

În mod paradoxal, când bei mai puţină apă decât ai nevoie, corpul nu o va elimina pe cea existentă, ci o va reţine.

Paradoxal deci pentru a elimina excesul de apă din organism, trebuie să bei mai multă apă.

Excesul de sodiu este unul dintre principalii vinovaţi pentru retenţia de apă. Sodiul este un electrolit care se leagă de apă şi ajută la menţinerea echilibrului fluidelor intra şi extracelular. În cazul excesului de sare în mâncare se pot produce blocaje. E bine de ştiut că mâncarea fast-food şi alimentele procesate sunt o sursă însemnată de sodiu.

Mai trebuie ştiut că deficienţa de potasiu, de magneziu, de vitaminele B1, B5 şi B6 afectează mecanismele reglării nivelului de lichide în corp, favorizând retenţia acestora în ţesuturi.

Conform cercetărilor de la Universitatea Reading din Marea Britanie, suplimentarea cu 200 mg de magneziu pe zi este de ajutor în combaterea retenţiei de apă.

Unele studii realizate în China, susţin că turmericul ar împiedica retenţia de apă, datorită proprietăţilor sale antiinflamatoare.

E bine de ştiut că şi sedentarismul, lipsa mişcării agravează retenţia de apă. Pe scurt, cheia problemei o reprezintă o hidratare şi o alimentaţie coectă şi eliminarea sedentarismului.

Dr. ANDY ANDREI

Pentru dumneavoastră, doamnă

Teorii surprinzătoare

Numerologia, acest domeniu enigmatic pentru cei mai mulţi dintre noi, consideră că în tot ce ni se întâmplă nu există coincidenţe. Mai mult, dezvoltă teorii surprinzătoare despre semnificaţia numerelor. Porneşte de la ideea că tot ce se întâmplă în viaţa noastră se poate deduce din numărul individual şi neschimbat al naşterii fiecăruia.

Numărul individual dezvăluie secretele personalităţii şi vă ajută să vă cunoaşteţi potenţialul de... fericire. Cifra corespunzătoare acestui potenţial este cea care reprezintă ziua naşterii. Dacă aceasta este formată din două cifre, se adună obţinându-se una singură (de exemplu, Julia Roberts, născută la 28.10.1967 are numărul 1 (2+8=10=1+0=1).

O persoană numărul 1 este charismatică, ambiţioasă şi creativă. Îşi urmăreşte scopul şi ştie cum să se impună în mod iscusit. Oamenii „1" lucrează cu multă greutate într-o echipă deoarece sunt luptători singuratici prin excelenţă. Pentru partener şi pentru prieteni sunt ca o „stâncă de sprijin". Sunt oamenii pe care prietenii se pot baza în orice situaţie. În iubire este dominant.

Numărul 2 este empatic, plin de tact, răbdător, fermecător şi adaptabil. Empatia este caracteristica lor dominantă, egoismul fiindu-le complet străin, fapt ce îi face prieteni şi colegi ideali. Nu le place să trăiască singuri şi înfloresc atunci când sunt într-o relaţie.

Oamenii numărul 3 sunt persoane solare care emană lumină din interior şi „împrăştie" bună-dispoziţie. Sunt optimişti, creativi, au umor. Sunt oameni de echipă şi ştiu să păstreze secrete. Au nevoie

de varietate şi de provocări noi, pentru că după ce au obţinut ceva, acel lucru nu-i mai interesează.

Pe scurt, caracteristicile celor cu ***numărul 4*** se referă la rezistenţă, răbdare, capacitatea de a urmări un scop, hărnicie şi stabilitate. Uneori au probleme cu stima de sine, care se „dizolvă" şi trebuie apoi reconstruită. Sunt adevărate talente organizatorice.

Curioşi, aventuroşi, temperamentali, inteligenţi şi mereu în căutare de idei noi, ***oamenii 5*** nu se pot dedica exclusiv unui singur lucru. Sunt naturi vesele care iubesc compania altora, care se află deseori în centrul atenţiei şi iubesc viaţa, dar punctualitatea şi ordinea le sunt noţiuni străine. Comportamentul lor pare imprevizibil, dar în realitate în spatele lui se află principiul de a nu se fixa în rutină.

Oamenii numărul 6 sunt optimişti incurabili şi trăiesc cu credinţa că totul va fi bine. Au talentul de a scoate ce-i mai bun din orice situaţie, sunt înzestraţi cu simţ artistic, sunt fideli şi sunt înclinaţi spre lux.

Oamenii numărul 7 sunt foarte sensibili şi pun la îndoială tot şi pe toţi. Cu capul în nori, plutesc deasupra realităţii, visând cu ochii deschişi, dar este totuşi foarte treaz şi un bun observator.

Oamenii numărul 8 au parte de multă voinţă. Se adaugă conştiinţa responsabilităţii, disciplina şi un spirit de luptă foarte bine dezvoltat. La prima vedere par reci. În realitate sunt generoşi, dau totul celorlalţi şi se dovedesc a fi persoane pasionale şi pline de compasiune. Uneori au însă tendinţă de egoism şi invidie.

Oamenii 9 se luptă pentru idealurile lor şi nu pot accepta nedreptăţile. Fac asta cu raţiune, consideraţie şi multă rezistenţă. Sunt sensibili, plini de compasiune şi îşi asumă responsabilitatea pentru alţii.

Gastronomice

Ciuperci cu brânză în foitaj

500 g ciuperci, 200 g brânză telemea, 300 g foitaj, 100 ml ulei, piper măcinat, sare.

Ciupercile se curăţă, se spală bine în apă rece, se taie în cuburi mici şi se călesc în ulei. După ce s-au răcit se amestecă bine cu brânza rasă şi piperul până se formează o pastă omogenă. Foitajul crud se porţionează în bucăţi de mărimea unei nuci, care se întind. Se umplu cu compoziţia de ciuperci şi se închid ca nişte scoici. Se aşază într-o tavă unsă cu ulei şi se coc la foc potrivit, până se rumenesc frumos.

Pui cu mazăre

2 linguri unt, 1 lingură făină, câteva bucăţi de zahăr, 2 legături mărar, sare.

Dacă mazărea este păstăi, le curăţăm, spălăm boabele şi le punem la fiert cu apă cât să le acopere bine. Prăjim bucăţile de pui pe amândouă părţile şi le punem apoi peste mazăre, după ce a clocotit puţin. Turnăm un rântaş pregătit separat peste mazărea cu carne. Potrivim de sare, colorăm cu puţin zahăr ars, adăugând şi zahăr după gust. Când mâncarea este fiartă şi scăzută, presărăm mărar tocat mărunt.

Pateuri cu sardele

Un pachet cu aluat de pateuri.

Umplutura: ***o conservă cu sardele, piper.***

Se scurge uleiul din conservă. Se întinde foaia şi pe o jumătate din ea se aşază bucăţele mici de peşte. Se piperează şi se îndoaie cealaltă jumătate peste grămăjoarele cu sardele. Se taie rondele cu un pahar şi se aşază pe o tavă neunsă. Se dau la cuptor, la foc potrivit, până se rumenesc frumos.

Bezele de ciocolată

2 albuşuri, 140 g zahăr, vanilie, 100 g ciocolată rasă, 120 g migdale sau alune râşnite.

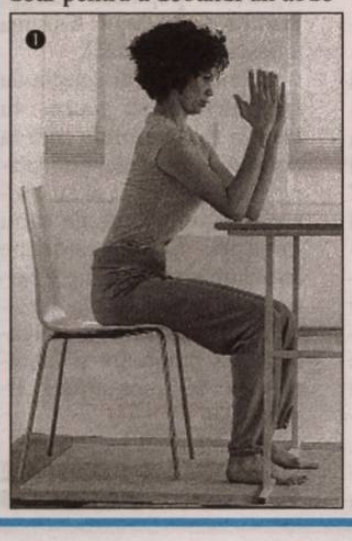
Se bat albuşurile cu zahăr timp de jumătate de oră. Se adaugă vanilie, ciocolata rasă, migdalele râşnite şi se amestecă uşor. Se tapetează tava cu hârtie, se pun cu linguriţa grămăjoare din compoziţie şi se dă la cuptor, la foc domol. Când s-au copt, se scot din cuptor, se lasă să se răcească, apoi se scot de pe hârtie.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Dosarele frumuseţii

3 exerciţii uşoare

Dincolo de aspectul estetic, abdomenul plat este considerat un atu al sănătăţii. Dr. Bernadette de Gasquet, din Franţa, creatoarea „ştiinţei abdomenului" consideră că exerciţiile recomandate nu sunt doar pentru a dobândi un abdomen frumos, ci au rol în prevenirea durerilor de spate asigurând o bună susţinere a coloanei vertebrale.



De asemenea, masează intestinele şi permit stimularea tranzitului, dar şi menţinerea organelor la locul lor şi evitarea fenomenelor de prolaps.

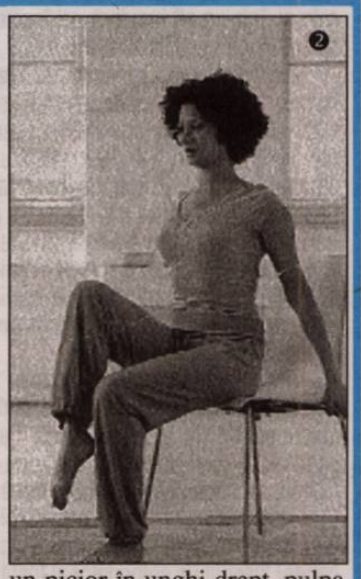
Un exerciţiu uşor, inspirat de yoga, va corecta postura, respiraţia fiind esenţială. Toate eforturile sunt coordonate spre expiraţie şi „reglarea" abdomenului.

Exerciţiul 1: aşezată pe scaun, picioarele uşor depărtate, spatele întins, puneţi coatele pe masă, presaţi masa fără a ridica umerii, ceafa în prelungirea coloanei, expiraţi retrăgând abdomenul. Relaxaţi-vă inspirând adânc.

Exerciţiul 2: aşezată pe marginea scaunului, cu spatele bine întins, ridicaţi coapsa, cu genunchiul flexat, cât de sus puteţi fără să relaxaţi spatele. Menţineţi poziţia câteva momente, apoi întindeţi complet piciorul şi reveniţi. Repetaţi exerciţiul cu celălalt picior.

Exerciţiul 3: aşezată pe spate,

un picior în unghi drept, pulpa piciorului sprijinită de scaun, antebraţul sub ceafă; îndoiţi celălalt picior cu coapsa aproape de piept. Braţul întins, antebraţul la interiorul genunchiului. Expiraţi împingând genunchiul cu antebraţul spre exterior.



Fenomene aerospaţiale neidentificate

CIA a fost mereu interesată de OZN şi paranormal

CIA şi misterul OZN au fost legate încă din 1947. De atunci încoace mai mulţi oficiali CIA şi foşti militari americani au promovat direct ufologia făcând remarci surprinzătoare. James Woolsey, Derrel Sims, Lue Elizondo, David Fravor şi alţi foşti ofiţeri militari ori ai CIA au descris modul în care existenţa realităţii din jurul nostru pe care nu o putem vedea ar putea fi o componentă majoră a fenomenului OZN.

Jim Semivan şi John Ramirez, doi angajaţi veterani ai CIA care au manifestat un interes personal pentru problemele şi cazurile OZN/UAP, au apărut la începutul anului 2022 în emisiunea lui George Knapp pe extrem de popularul program radio *„Coast to Coast AM”*, pentru a discuta despre participarea CIA la cercetarea OZN-urilor, inclusiv despre propriile lor experienţe.

Jim Semivan a lucrat pentru CIA timp de 25 de ani, ca ofiţer de operaţiuni, înainte de a se alătura *Academiei To the Stars* a lui Tom DeLonge împreună cu alţi foşti membri ai guvernului. El a relatat în detaliu cum a intrat în CIA şi a ajuns să stăpânească tainele spionajului, după ani de zile de pregătire. Deoarece CIA funcţionează pe baza „need-to-know” (afli ceva doar dacă e obligatoriu să ştii), Semivan nu a fost informat despre niciun studiu OZN, în ciuda faptului că era cunoscut interesul său pentru paranormal.

Jim Semivan a detaliat în emisiune că a avut propriile „întâlniri cu extratereştri”, împreună cu soţia sa, întâlniri care au început în 1990 şi au inclus entităţi care au apărut în dormitorul lor. A subliniat că întâlnirile au fost reale şi nu într-o stare hipnagogică sau de vis.

Parte a Universului

În anii următori, perechea a mai experimentat ocazional şi o activitate tip poltergeist în casa lor, iar el a susţinut recent că a văzut o figură cu glugă care semăna cu personajul Devoratorul Morţii din filmele cu Harry Potter. Apariţia ar fi fost posibil să anunţe moartea unui prieten apropiat.

Semivan s-a declarat de acord cu observaţia cercetătorului cazurilor din Skinwalker Ranch, Colm Kelleher, conform căruia fenomenul OZN este mult mai mult decât nişte maşinării „cu şuruburi şi piuliţe”, deoarece în el există, de asemenea, factori emoţionali şi biologici care accentuează ciudăţenia.

El a remarcat că examinarea de către *To the Stars* a „metamaterialelor” cu rapoarte izotopice neobişnuite (poate legate de OZN-uri) era încă în desfăşurare.

Semivan a spus în prima parte a interviului: „Cred că fenomenul este o parte naturală a universului nostru şi trăim în el, dar nu îl recunoaştem. În acelaşi mod în care insectele şi animalele nu recunosc universul uman. O pisică şi un câine ar putea alerga printr-o bibliotecă, dar nu au nici cea mai vagă idee despre ce sunt cărţile şi la ce folosesc bibliotecile. S-ar putea ca şi noi să ne plimbăm prin existenţă, în timp ce ne înconjoară o cu totul altă realitate, dar pe care nu avem capacitatea să o vedem şi cu care nu putem interacţiona.”

„Se pare că vizitatorii se uită în interiorul micii noastre realităţi consensuale. Aşa cum i-am explicat cuiva odată, se apropie, ne tachinează, ne conving, ne mint, dar nu-i poţi lua niciodată acasă să-ţi cunoască părinţii. Nu vă vor permite să faceţi asta. Nu există nicio prezentare oficială. Adăugaţi în plus că nu există o ontologie. Practic înseamnă că nu există nicio structură prin care să discutăm despre asta; nu avem un vocabular comun. Cineva a spus că avem puncte, dar nu avem conexiuni. Dar eu cred că nu avem nici măcar puncte”.

În a doua parte a interviului, a fost prezentat John Ramirez, un veteran CIA, timp de 25 de ani, specializat în sisteme de apărare împotriva rachetelor balistice. El a detaliat interesul său de lungă durată pentru spionaj şi cum, în 1984, a trecut de la statutul de ofiţer al Marinei la CIA. El a comparat munca sa de strângere a informaţiilor cu cea de jurnalist pentru o organizaţie de ştiri, cu excepţia faptului că sursele sale pentru rapoarte erau de obicei extrem de secrete.

El, ca şi Semivan, a trăit ceea ce ar putea fi considerat drept evenimente de tipul răpirilor extraterestre, cum ar fi aşezarea pe o masă de examinare în interiorul unei nave circulare. Interesant, el a menţionat că un număr dintre colegii săi de la CIA şi NSA au experimentat, de asemenea, întâlniri cu OZN-uri.

Ramirez a susţinut că în timp ce lucra la apărarea antirachetă, el a luat cunoştinţă de momente în care radarul rusesc a detectat aeronave neidentificate şi, într-un alt incident, au încercat să convingă un OZN să aterizeze.

El a mai relatat că istoricul CIA Gerald Haines a scris despre examinarea OZN-urilor de către agenţie, începând din 1947 până în anii 1990, pentru o structură numită Biroul de Informaţii Ştiinţifice. Ramirez a fost deosebit de intrigat de faptul că această divizie a angajat personal cu experienţă în ştiinţele vieţii şi medicină, ceea ce implica – spunea el – un potenţial interes pentru corpurile extraterestre.

Dar CIA are şi alte preocupări în domeniul paranormalului. Unul dintre colaboratorii săi a fost Russell Targ, posesor al unei licenţe în fizică de la Queens College şi absolvent în fizică la Universitatea Columbia. El este un pionier în dezvoltarea laserului şi a aplicaţiilor laser şi un cofondator al Institutului de Cercetare Stanford (SRI) din Menlo Park, California, împreună cu inginerul Harold E. Puthoff, cel care în 2017 a fost şi cofondator al „Academiei *To The Stars*”. La SRI, în anii 1970 şi 1980, cei doi au investigat diverse abilităţi psihice, între altele vizualizarea la distanţă *(remote viewing)*, cu un contract iniţial cu CIA şi apoi cu spionajul militar. A fost un program de cercetare de 20 de milioane de dolari, la care a participat şi Ingo Swann, rezultând în metoda *„Controlled remote viewing”* (CRV). Rezultatele sale în domeniu Targ le-a publicat în prestigioasele *Nature*, *The Proceedings of the Institute of Electronic and Electrical Engineers* (IEEE) şi *Proceedings of the American Association for the Advancement of Science* (AAAS).

Viziuni la distanţă

Targ posedă două premii Naţionale pentru Aeronautică şi Administraţie Spaţială pentru invenţii şi contribuţii la lasere şi comunicaţii cu laser. În 1983 şi 1984 a acceptat invitaţiile de a prezenta demonstraţii de vizualizare de la distanţă şi de a se adresa Academiei de Ştiinţe a URSS cu privire la această cercetare. Este autor sau coautor a nouă cărţi care se ocupă de investigarea ştiinţifică a abilităţilor psihice, inclusiv a abordării budiste a transformării conştiinţei, conştiinţa non-locală, vindecarea spirituală etc. Cel puţin una dintre cărţile sale a fost publicată şi în româneşte, cu titlul „Puterea fără limite a minţii”.

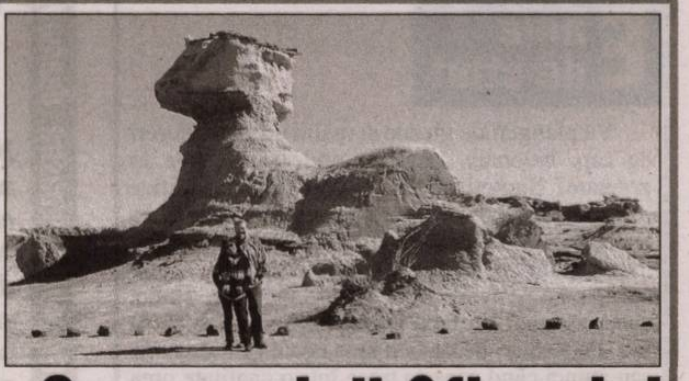
În cărţile sale, Targ prezintă dovezi din cercetările desfăşurate la Stanford (SRI) în anii 1970. De pidă, în timp ce vizionau de la distanţă, pentru CIA şi spionajul militar, psihicii SRI au găsit un bombardier rus doborât în Africa, au raportat despre starea de sănătate a ostaticilor americani din Iran, au descris fabricile sovietice de armament din Siberia şi au prognozat un test chinez de explozie nucleară, cu trei zile înainte de a avea loc.

Când faimoasa moştenitoare din San Francisco, Patricia Hearst, a fost răpită din casa ei din Berkeley, un psihic al echipei SRI a fost primul care a identificat răpitorul şi apoi a descris şi a localizat cu exactitate maşina răpirii. După ce a părăsit SRI, grupul lui Targ a câştigat 120.000 de dolari, prognozând psihic, timp de nouă săptămâni la rând, direcţia şi cantitatea schimbărilor pe piaţa futures pentru argint – fără eroare!

În multe cazuri, şansele împotriva hazardului sunt uluitoare. De pildă, în 36 de încercări de vizualizare de la distanţă în aer liber realizate cu şase ofiţeri de informaţii ale armatei americane, şansa a fost de trei la o sută de mii. „Astfel de numere”, spune Targ, „sunt ceea ce înţelegem prin dovezi statistice ale unui miracol”. Dovada statistică este „atât de puternică încât ar fi nerezonabil din punct de vedere logic sau probabilistic să o negăm”, scrie fizicianul Russell Targ.

Convins că majoritatea dintre noi au abilităţi psihice pe care nu le-am atins, Targ descrie în cărţile sale cum putem învăţa să ne dezvoltăm propriile abilităţi de percepţie extrasenzorială (ESP), fără costuri, lucrând acasă folosind tehnicile CRV cu un prieten. Ea implică o abilitate simplă, meditativă, pe care budiştii din secolul al VIII-lea o numeau trecerea de la conştiinţa condiţionată la cea spaţioasă sau vidă. „Cine nu ar vrea să încerce asta?” se întreba el.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ



„Capcanele” Sfinxului

Creatura mitică hibridă, considerată un monstru cu puteri terifiante, care a avut în vechime un statut dificil de cuprins cu imaginaţia, se conturează în tradiţiile legendare conturează doar o parte a identităţii şi importanţei sale reale, dincolo de care rămân multe elemente ascunse cunoaşterii noastre.

Noţiunea de sfinx, se suprapune celei de civilizaţie egipteană antică, însă este nedrept faţă de alte civilizaţii, unde el se remarcă la fel de puternic, fără a se sprijini totuşi pe un monument faraonic, precum cel de la gurile Nilului.

Asemănarea izbitoare a unor megaliţi din întreaga lume cu bizarul animal fabulos alimentează cele mai fanteziste teorii, creând o confuzie încărcată de fascinaţie. La acest nivel, o „bătălie” surdă se duce între istorici şi geologi pe de o parte şi nonconformiştii adepţi ai ipotezelor paranormale.

Dacă anumite formaţiuni stâncoase a căror înfăţişare evocă imaginea unui sfinx, privite din anumite unghiuri şi în anumite momente, nu au cum să păcălească, alt gen de structuri uriaşe par a nu-şi găsi un loc al lor definit logic şi raţional. Poate şi fiindcă nimeni nu a reuşit până acum să ofere explicaţii complete şi unanim acceptabile cu privire la originea acestora.

Misterul ciudatei creaturi este adâncit şi de câteva amănunte, ce cântăresc greu în istoria sa. Menţionăm aici prezenţa „sfinxului înaripat” pe palatul regelui Persiei Darius I din capitala imperiului, Susa (Iranul de astăzi), dar şi în inima Bisericii Catolice: Vaticanul găzduieşte imagini şi sculpturi ale sfinxului, unele „ascunse” în tablouri, altele în decoraţiunile unor porţi de acces privat.

Belucistan este o provincie a Pakistanului, cunoscută şi datorită Parcului Naţional Hingol. A făcut mare vâlvă la un moment dat ipoteza că aici s-ar afla un fel de frate geamăn al celebrului sfinx din Gizeh. Formaţiunile minerale care au generat această teorie, privite din depărtare, evocă fără dubii imaginea misterioasei fiinţe mitice, cu alura şi în poziţia care au consacrat-o în spaţiul civilizaţiei egiptene antice.

În imediata apropiere a Sfinxului din Belucistan se află o altă structură importantă. De la distanţă, arată ca un templu hindus, cu un hol de intrare şi o Vimana (turla). Sfinxul e aşezat în faţa templului, acţionând ca protector al locului sacru.

Aspectul ansamblului a inspirat asocierea sa cu un complex de monumente megalitice în cadrul căruia sunt evidenţiate trepte, coloane, profiluri de porţi uriaşe, chiar şi statui. Oamenii de ştiinţă au respins categoric o asemenea explicaţie, arătând că totul este rezultatul eroziunii, al acţiunii apelor, al activităţii seismice intense din zonă şi al altor elemente dinamice naturale.

Parcul Ischigualasto din Argentina este un spaţiu natural unde se află multe formaţiuni stâncoase, a căror origine rămâne învăluită în mister. Printre acestea, mai presus de toate se remarcă maiestuosul Sfinx: o stâncă mare, care, în ciuda eroziunii, seamănă cu o pisică imensă pentru observator, amintind de faimosul sfinx din Egipt.

În mod straniu, aici totul este legat de un alt mit foarte drag iubitorilor de senzaţional: cel al originii extraterestre a pământenilor. În spaţiul cultural din care face parte şi sfinxul argentinian, legendara populaţie Zsegg, însoţită de înţelepţii Kumma a descins pe Pământ.

Când însă toţi aceştia au fost nevoiţi să plece, au creat o fiinţă hibridă care să ocrotească mai departe planeta, iar în cinstea ei au construit monumentul ale cărui rămăşiţe sunt considerate astăzi de geologi simple formaţiuni minerale. Să fie acesta un vis frumos, ridiculizat din ignoranţă şi încremenire în mentalităţi limitate?

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Călătoria oamenilor Lozi

„Conservate" într-o epocă aproape atemporală, numeroase triburi africane pâdtreaz – în simplitatea lor curată – elemente mitice care încă relatează fapte petrecute probabil în vremuri ancestrale. De la organizarea socială şi tradiţii până la vechi practici adaptate timpurilor moderne, populaţii cunoscute în toată lumea ne oferă periodic sărbători ale spiritului şi sufletului nemaiîntâlnite altundeva.

Soarele şi Luna, întemeietori de regat

Statisticile arată că tribul Lozi din Zambia numără aproape un milion de membri, faima lor fiind perpetuată datorită fidelităţii cu care îşi respectă trecutul. Remarcabil este faptul că ei reprezintă singura comunitate tribală din ţara africană, care are drept conducător un rege provenind dintr-un parcurs fabulos de sorginte divină.

Se spune că Narombe, zeul soarelui şi soţia lui, Nasilele (Luna) au coborât din cer pe teritoriul Barotse – cândva, mult mai vast decât este astăzi şi alcătuind un imperiu.

După întemeierea liniei regale Luyi-Luyana, cei doi s-au înălţat la ceruri – o altă „coincidenţă" cu episoade remarcate şi în cadrul altor religii – şi au lăsat-o pe fiica lor, Mbuyu, pentru a perpetua linia de conducători prin descendenţii săi masculini.

Aceste aspecte, constituie un amănunt deosebit referitor la legăturile puţin analizate şi explicate, dintre civilizaţii terestre aflate la mari distanţe între ele din punct de vedere geografic.

Interesant este şi faptul că Lozi, considerat odinioară un regat – tribul în sine şi teritoriul ocupat de el – deţine în prezent un statut aparte, în pofida mai multor schimbări politice din această regiune africană. Au o capitală, un drapel şi o stemă proprie, dar cele mai atractive elemente ale culturii lor sunt direct legate de anumite ritualuri ce au ca protagonist cuplul regal, doar şi cicolul inundaţiilor râului Zambezi.

Sărbătoarea Koomboka

Cu o sintagmă modernă, putem spune că liderul suprem al tuturor membrilor Lozi este cel numit *Litunga,* cuvânt care se traduce prin „păzitorul pământurilor", prin bunăvoinţa acestuia supuşii având dreptul de a vieţui în spaţiul respectiv. Aceştia din urmă îşi arată veneraţia când se află în preajma suveranului ridicându-şi braţele, îngenunchind în repetate rânduri şi recitând ode.

La sfârşitul sezonului ploios, în fiecare an, Lozi iau parte la impresionantul ceremonial Kuomboka („ieşirea din ape"), vestit nu doar în Zambia, ci şi în ţări vecine ori mai îndepărtate, de unde vin numeroşi oaspeţi pentru a asista la spectaculoasa sărbătoare plină de dinamism, de simboluri şi de culori autentice.

Este vorba despre mutarea efectivă a cuplului regal şi a mai multor supuşi ai lor, din capitala Lealui, întotdeauna afectată de inundaţii, la Limulunga, aflat la o altitudine ceva mai mare. Alaiul format din numeroase ambarcaţiuni se deplasează pe fluviul Zambezi: regele, în uriaşa sa canoe vopsită în alb şi negru, condusă de zeci de vâslaşi, acoperişul ei având deasupra drept ornament şi simbol al puterii replica uriaşă a unui elefant sau a unui hipopotam; regina este condusă în barca ei identificată prin o altă efigie importantă, o barză. Vâslaşii regali, până la 120, sunt îmbrăcaţi în piei de animale şi poartă berete roşii. Ceremonia datează de peste 300 de ani.

Nu mai puţin spectaculoase sunt obiceiurile specifice momentelor principale din viaţa oamenilor. Membrii tribului Lozi poartă de obicei brăţări de fildeş primite în diferite momente (naşterea, pubertatea etc.).

Uneori, îşi botează copiii după foşti regi sau regine, mergând în timp până la cuplul divin din care provin cu toţii. Insolită este şi o practică funebră cu vaste conotaţii semnalate de etnologi şi antropologi: bărbaţii sunt îngropaţi cu faţa spre est, iar femeile, cu faţa spre vest, alături fiindu-le aşezate bunurile personale, deoarece se crede că vor fi necesare în viaţa de apoi.

Ceea ce însă menţine peste timp spectaculozitatea aparte a existenţei acestui mare trib african este vitalitatea debordantă cu care membrii săi se implică în evenimentele colective.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

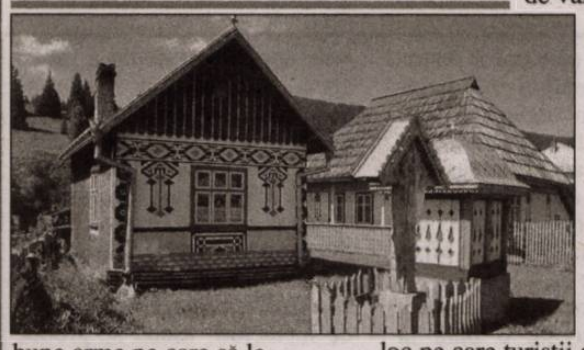
100 de locuri de văzut în România

Satul Ciocăneşti

Satul Ciocăneşti din judeţul Suceava este considerat a fi una dintre cele mai frumoase aşezări rurale din România, turiştii fiind atraşi aici de peisajele de basm şi de căldura sufletească a localnicilor.

Localitatea datează din secolul al XV-lea, când domnitorii Moldovei veneau pentru a le cere meşterilor populari să realizeze cele mai frumoasă este casa ei, au decis să îi urmeze exemplul. Astfel, satul s-a transformat treptat într-un muzeu viu, unic în ţară, cu peste 600 de gospodării, una mai frumoasă ca alta. Nu doar casele sunt decorate, ci şi porţile, şi clădirea postului local de poliţie ori clădirea şcolii.

Comuna are şi un muzeu etnografic, unde turiştii pot admira o mulţime de straie populare, războaie de ţesut şi ţesături vechi de sute de ani. De asemenea, în comună mai există şi un muzeu al ouălor încondeiate, care reuneşte peste 1800 de exponate extrem de valoroase şi de frumoase.



Situat nu departe de faimoasele mănăstiri din Bucovina, satul Ciocăneşti este un loc pe care turiştii aflaţi în pelerinaj aici nu ar trebui să-l rateze. El se găseşte într-o zonă pitorească, pe Valea Bistriţei, şi este accesibil de pe drumul naţional DN18, între Vatra Dornei şi Botoş, la 26 de kilometri de Vatra Dornei şi la 35 de kilometri de Câmpulung Moldovenesc.

Traseul poate fi străbătut fie cu maşina personală, fie cu un microbuz sau autocar, în cazul în care faceţi parte dintr-un grup organizat.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualităţii

Catedrala Patriarhală Bucureşti

Aşa cum am scris în numărul trecut al revistei, astăzi 27 octombrie, Biserica îl prăznuieşte pe Sfântul Dimitrie cel Nou, ale cărui moaşte sunt depuse în stânga pronaosului Catedralei Patriarhale din Bucureşti. De aceea ne-am gândit că astăzi putem prezenta cititorilor noştri această construcţie sacră.

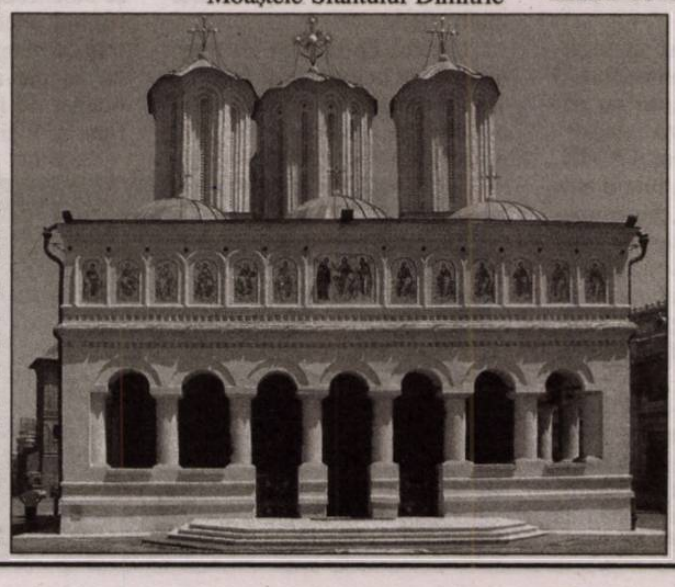
Iniţial aici a fost înălţată în anul 1656 o biserică de mănăstire al cărei ctitor a fost domnitorul Constantin Şerban Basarab (1654-1658). A fost sfinţită cu hramul „Sfinţii Împăraţi Constantin şi Elena" de Patriarhul Macarie al Antiohiei şi al întregului Orient împreună cu Mitropolitul şi episcopii ţării în anul 1658. Rolul de reşedinţă mitropolitană a fost stabilit definitiv de domnitorul Radu Leon în 1668, dar aşezământul îndeplinea acest rol important încă din 1661.

În 1952, când Biserica Ortodoxă Română a căpătat rangul de patriarhie a devenit Catedrală Patriarhală. Construcţia a avut ca model biserica de la Curtea de Argeş, ctitorie a domnitorului Neagoe Basarab.

Este o biserică de proporţii mai mari decât modelul, construită după un plan treflat, cu patru turle şi pridvor deschis. Interiorul prezintă în pronaos coloane de piatră cu capiteluri poleite, sculptate. Catapeteasma de asemenea poleită şi sculptată în filigran şi uşile împărăteşti, lucrate în email, sunt opera artistei Otilia Oteteleşanu şi au fost realizate în atelierele Institutului Biblic al Patriarhiei Române.

Prima pictură a bisericii a fost executată în 1665 iar cea actuală în frescă, în 1933 în stil neobizantin de pictorul Dimirie Belizarie. În pridvor se păstrează în interior icoana veche de hram a Sfinţilor Împăraţi Constantin şi Elena şi, în anul 2008, în exterior a fost împodobit cu 26 de icoane lucrate în mozaic.

Moaştele Sfântului Dimitrie cel Nou din stânga pronaosului sunt aşezate într-o raclă de argint, frumos ornamentată iar în dreapta aceleiaşi încăperi sunt mormintele patriarhilor Miron Cristea (1868-1939), Nicodim Munteanu (1864-1948), Justin Moisescu (1910-1986) şi Teoctist Arăpaşu (1915-2007).



Exteriorul prezintă două rânduri de panouri separate printr-un brâu răsucit în formă de frânghie iar pridvorul este decorat cu un şir de medalioane pictate. Alături de biserică se află Palatul Patriarhal construit la început drept stăreţie şi multă vreme a găzduit Parlamentul ţării. Ambele construcţii au fost reparate şi restaurate în anii 1799, 1834-1839, 1938-1939, 1960-1962 şi în zilele noastre au un aspect foarte apropiat de cel iniţial.

Complexul patriarhal are de asemenea şi hramurile: „Sfântul Dimitrie cel Nou", „Sfântul Gheorghe" şi „Sfânta Cuvioasă Parascheva" pentru paraclisul şi Palatul Patriarhal. În partea de răsărit se află clopotniţa, construită de Constantin Brâncoveanu în 1698.

Lângă Catedrală au fost aşezate trei cruci de piatră aduse în 1959, una, cea mai mare fiind considerată a domnitorului Petru Cercel (1583-1585), iar celelalte datând din anii 1617, 1644. La 26 octombrie 2008, Catedrala a fost resfinţită de către PF Părintele Patriarh Daniel.

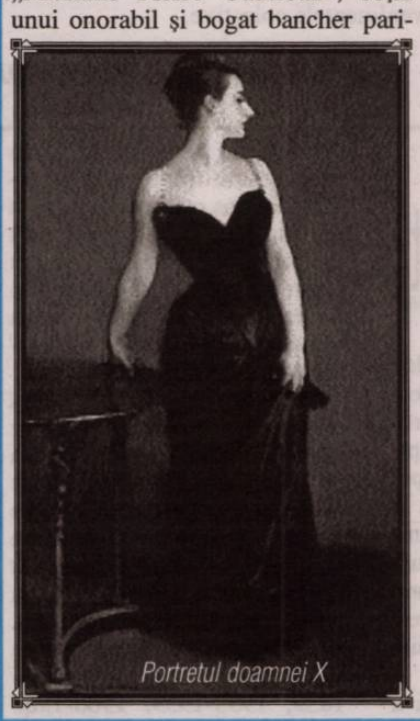
IRINA STOICA

Scandal în înalta societate

Arta reprezintă prin definiţie ideea de estetic, de frumos, de dezvelire – fie şi parţială – a misterelor şi miracolelor lumii exterioare nouă ale celei ascunse în noi. Ea ar trebui să genereze armonie şi iubire între oameni, dar caracterele umane fac deseori ca din subiecte fireşti şi neutre să explodeze dispute înverşunate, alimentate de orgolii absurde.

Este şi cazul tabloului realizat de remarcabilul portretist american din a doua jumătate a secolului XIX şi începutul secolului XX, John Singer Sargent intitulat „Portretul doamnei X" (botezat la un moment dat în mod sarcastic „Madame XXX"). Scandalul nu a avut însă teren de luptă dincolo de Atlantic, ci pe malurile Senei.

„Doamna X", născută Virginie Amélie Avegno, era nimeni alta decât „Madame Pierre Gautreau", soţia unui onorabil şi bogat bancher pari-



Portretul doamnei X

zian. Ea a cochetat cu arta, dar nu în calitate de autoare, ci pozând pentru anumiţi pictori.

Aceştia erau atraşi de profilul şi detaliile anatomice faciale ce evocau chipurile feminine din antica Grecie, dar şi de talia de viespe şi bustul generos – detalii portretistice de altfel relativ comune în epocă.

Sargent a avut ideea, deloc inspirată la acea vreme, de a miza pe o inovaţie pe care să o prezinte în cadrul Salonului din 1884 (expoziţia de artă a Academiei Beaux Arts).

Tabloul incriminat prezenta profilul unei femei cu alură nobiliară, îmbrăcată în negru, stând în picioare şi cu o mână sprijinită pe o masă. Nimic vulgar, nimic provocator, dar Sargent a omis faptul că unii critici ţin morţiş să găsească defecte acolo unde nu sunt.

Se impune, precizarea că, mai devreme cu douăzeci de ani, Edouard Manet îşi prezentase surprinzătorul tablou „Olympia" (pictat în 1863), care generase un scandal uriaş. El înfăţişează o femeie despre care contemporanii au presupus că era o prostituată, goală, cu excepţia... papucilor, a brăţărilor, a decoraţiunilor roz în păr şi a unui şiret de cizme la gât în locul colierelor de perle din picturile veneţiene.

Şi-atunci, ce oare să fi stârnit dezgustul suprem al protipendadei pariziene şi al neoficialei „curţi supreme de justiţie a artei", încât remarcabilul portretist american să fie pus la zid, până la a fi determinat să plece definitiv din Paris, pentru a scăpa de neiertătorii lui hăitaşi?

John Sargent nu era la prima colaborare cu Virginie Gautreau, o mai

Madame Gautreau

pictase, în ulei pe pânză şi în acuarelă, surprinsă în poziţii diferite, dar niciodată frivole ori indecente. De această dată însă criticii au decretat: este intolerabilă prezentarea unei onorabile doamne aristocrate îmbrăcată într-o rochie atât de decoltată şi, pe deasupra, având o bretea lunecată de pe umăr.

Îndrăzneala pictorului de a imortaliza o asemenea neglijenţă, interpretată drept dovadă de moralitate îndoielnică, a fost corectată tot de acesta, prin „ridicarea" imprudentei bretele pe umărul doamnei. Însă, cum nici noua versiune a tabloului nu i-a mulţumit pe critici, destinul parizian al autorului a fost pecetluit. El nu a renunţat însă la lucrarea pe care a considerat-o întotdeauna cea mai bună realizare a sa. Şi, cum timpul pune de obicei rânduială şi în astfel de evenimente, valoarea incontestabilă a tabloului a fost confirmată ulterior, în nenumărate rânduri.

Pictura lui Sargent este o efigie a artei americane, câştigându-şi un loc între legendele marcante ale avangardei, cu mult înainte ca America să se implice profund în arta modernă. Pe de altă parte, doamna Gautreau a continuat să pozeze pentru alţi pictori.

În 1891, Gustave Courtois a realizat un portret al ei „în oglindă" faţă de cel al lui Sargent: profil stânga în loc de profil dreapta, rochie albă în loc de rochie neagră, însă cu breteaua buclucaşă lăsată să lunece iarăşi de pe umăr.

Cât despre personajul său, „Madame X" inspiră romane şi teorii provocatoare, cum ar fi o afirmaţie recentă conform căreia profilul Madame Gautreau se bazează de fapt pe cel al unui tânăr frumos. Alte vremuri, alte moravuri, alţi critici şi privitori...

ADN-ul unui „vampir"

Arta citirii bagajului genetic al unei fiinţe poate duce la revelaţii extrem de spectaculoase, deseori spulberând mistere, luminând în mod fascinant zone rămase întunecate timp de veacuri şi chiar de milenii.

În urmă cu peste trei decenii, în 1990, arheologii au descoperit în Connecticut, SUA, scheletul unui „vampir". Analiza ADN-ului a dezvăluit atunci mai multe elemente despre istoria sa. Vampirii au fost întotdeauna un subiect de mare interes, dar tehnologia de la acea vreme nu permitea aflarea mai multor amănunte despre identitatea celui descoperit. Treizeci de ani mai târziu, un test ADN concludent a rezolvat misterul.

Se crede că bărbatul a murit în anul 1800, dar familia lui, temându-se că se va întoarce să-i bântuie, a reaşezat scheletul astfel încât capul să fie deasupra cutiei toracice şi apoi i-a amestecat restul oaselor. Aceasta era probabil modalitatea de a împiedica defunctul să părăsească mormântul.

Când au terminat, au scris „JB 55" pe sicriul lui, ceea ce corespunde iniţialelor şi vârstei sale. Datorită progreselor tehnologiei de testare a ADN-ului, oamenii de ştiinţă au reuşit să-i determine recent identitatea, la peste 200 de ani de la moarte. Pe baza analizelor cromozomului Y şi a datelor genealogice, a apărut un nume de familie: Barber.

Oamenii de ştiinţă au făcut apoi o căutare rapidă, pentru a determina dacă respectiva familie locuise acolo. Un vechi jurnal din 1826 consemna moartea unui băiat pe nume Nathan Barber, al cărui tată se numea John Barber. După cercetări, s-a constatat că şi mormântul lui Nathan Barber fusese marcat, cu iniţialele şi vârsta lui: „NB 13".

Odată stabilită identitatea defunctului, s-a putut reconstitui şi povestea acestuia. John Barber a fost un fermier şi nu un vampir care sugea sângele oamenilor. Era însă purtător al virusului tuberculozei, cauza morţii sale.

La acea vreme, simptomele şi rezultatele tuberculozei erau similare cu cele presupuse ale unui vampir, potrivit convingerilor populare. De aici, a rezultat şi faptul că oasele lui John Barber au fost găsite într-o poziţie anormală. Concluziile nu au fost tardive, răposatul putând fi... într-un fel, reabilitat.

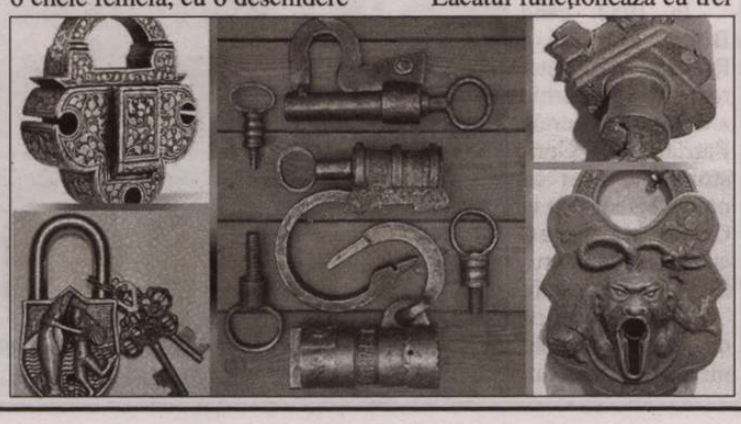
Oraşul încuietorilor

O realitate cu adevărat fascinantă, veche de câteva sute de ani, Dindigul este un spaţiu urban cu peste 2 milioane de locuitori, aflat în statul indian Tamil Nandu, din care se pare că lipsesc hoţii.

Iar legendara lipsă de îngrijorare faţă de eventualele furturi vine din faptul că hoţii nu pot să opereze, din cauza... lacătelor. Începând din secolul XVIII, meseria de lăcătuş a luat o amploare nemaivăzută, ingeniozitatea tehnică a meşterilor fiind ridicată la rang de artă; una cu totul insolită, deşi abia în august 2019 lacătele perfecte de aici au primit eticheta IG (indicaţie geografică).

Tradiţia spune că totul a început cu făurirea lacătelor Fortului de Piatră – Dindigul Malai Kottai. Industria de fabricare a lacătelor de aici abundă în „încuietori de mango", încuietori pentru sertare şi obturatoare, cu clopoţei, încuietori truc, încuietori cu gloanţe şi multe altele.

Lacătul de mango îşi trage numele de la îndrăgitul fruct de vară. Mecanismul său e deblocat doar de ceea ce se numeşte o cheie femelă, cu o deschidere circulară goală la vârf; când este introdus în lacăt, orificiul se blochează pe o tijă din mecanismul intern al broaştei. Lacătele de mango Vichitra au mers cu un pas mai departe şi s-au ocupat de ierarhia de putere a familiilor şi afacerilor.



Lacătul funcţionează cu trei chei separate, care pot fi distribuite între membrii diferitelor ierarhii dintr-o organizaţie socială sau de afaceri. Dacă proprietarul, managerul şi casierul unui magazin au câte o cheie a seifului, proprietarul ar putea să-l verifice pe acesta din urmă să nu acceseze seiful.

El introduce cheia în încuietoare, o răsuceşte o dată la dreapta, apoi la stânga. Uşa ar fi încuiată, iar celelalte chei nu ar putea să o deschidă. Clienţii mai comandă încuietoarea nithra mango, care are două găuri, dar se poate deschide doar din una dintre ele. Dacă o cheie este introdusă în orificiul greşit, încuietoarea se blochează. Acest lucru ajută la derutarea hoţilor.

Alte încuietori au o tijă de fier care se extinde de la cheie. Pentru deblocare, cheia este plasată în interior la un unghi specific, cunoscut doar de poliţist şi de lăcătuş. Unele încuietori au pe ele un buton care trebuie apăsat înainte de a răsuci cheia, în timp ce altele se deschid cu o pereche de chei, una mai mare şi una mai mică.

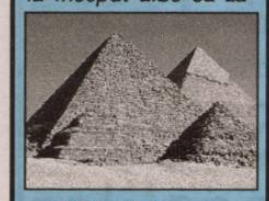
Încuietoarea cu glonţ din alamă cântăreşte aproximativ 15 kg şi necesită rotirea cheii în diferite găuri pentru a o deschide. Cândva, meşterii din Dindigul produceau peste 100 de tipuri de încuietori; astăzi se produc doar sub 50.

Aceste încuietori de altădată aveau un design futurist, iar mecanismul lor era invincibil. Chiar şi acum, oamenii vin să obţină chei duplicate pentru încuietori vechi de 200 de ani. Pentru că, spun genialii meşteri, cei care au experimentat cândva siguranţa unui lacăt Dindigul, nu s-au întors niciodată la mijloace de protecţie moderne.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

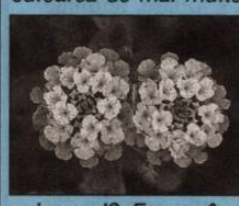
Ştiaţi că...

◆ *...piramidele din Egipt au fost la început albe ca zăpada? Iniţial erau acoperite cu un strat de calcar alb care s-a distrus de-a lungul timpului.*



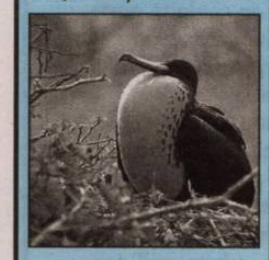
◆ *...pe Lună există munţi mai înalţi decât pe Pământ? Muntele Gagarin, de exemplu, are o înălţime de peste 9.500 de metri.*

◆ *...în Mexic creşte o floare-cameleon care îşi schimbă culoarea de mai multe ori pe zi? Ea nu împrăştie însă miros decât dimineaţa şi seara când este de culoare albă.*



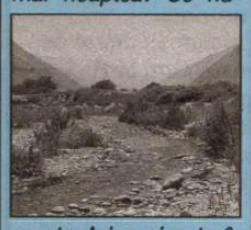
◆ *...crocodilul poate rezista nemâncat până la 700 de zile?*

◆ *...cea mai rapidă pasăre în zbor este fregata? Atinge până la 400 km/h.*



◆ *...Soarele produce un „vânt solar"? Este o emisie puternică de electroni şi protoni care circulă cu viteze de 500-800 km/sec.*

◆ *...există un râu care curge numai noaptea? Se numeşte Arica şi este în statul Chile.*



Ştiaţi că...

Moscheea Selimiye

Aflată în oraşul Edirne din Turcia, Moscheea Selimiye este considerată capodoperă a istoriei arhitectural turco-otomane.

Oraşul, fostă capitală otomană din 1365 până în 1457, a fost secole întregi reşedinţă a sultanilor. Numit de romani Adrianopole, este poarta de intrare din Europa spre inima ţării. Încărcat de istorie este locul în care s-au dat 13 bătălii, cea mai importantă fiind cea din anul 378 când într-o înfruntare sângeroasă împăratul roman Valens a fost învins de goţi, aceştia năvălind în teritoriile apusene ale imperiului.

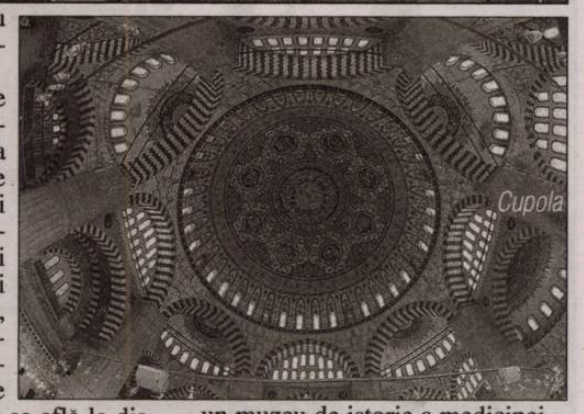
Capitală a provinciei cu acelaşi nume, aflat la graniţa cu Bulgaria şi Grecia, oraşul se mândreşte cu numeroase moschei, domuri impunătoare şi minarete. În acest faimos oraş a hotărât sultanul Selim al II-lea – fiul lui Soliman Magnificul şi al faimoasei Roxelana, să-şi construiască propria moschee. În acest scop el s-a adresat arhitectului Mimar Sinan, cel mai vestit constructor al epocii care a transformat prin capodoperele sale oraşul Istanbul şi alte oraşe ale epocii. Strălucitul arhitect (1489/1490-1588) a proiectat şi utilizat tehnici îndrăzneţe şi extrem de complicate pentru epoca respectivă. Printre acestea trebuie amintită moscheea Selimiye, care împreună cu anexele ei a fost înregistrată pe lista Patrimoniului UNESCO în anul 2011.

Mihrabul

Lucrările s-au desfăşurat între anii 1569-1575 (cu participarea a proximativ 15.000 de persoane) şi moscheea a fost inaugurată la 14 noiembrie 1575, trei luni după moartea sultanului Selim al II-lea. În anul 1584, unul dintre minarete a fost lovit de un fulger, iar lucrările de consolidare şi restaurare au fost terminate abia în anul 1614.

De-a lungul istoriei, moscheea a suferit şi alte daune minore. În timpul Primului Război Balcanic artileria bulgară i-a produs unele avarii la care construcţia a supravieţuit datorită soliditătii sale. Din ordinul lui Atatürk însă, acestea au fost remediate pentru a rămâne ca exemplu pentru generaţiile următoare.

Curte interioară


Cupola

Construcţia este de dimensiuni impresionante. Cupola are un diametru de 31,25 de metri şi înălţimea 43,25 metri. Este cea mai mare cupolă a unei moschee din Turcia, iar cele patru minarete care o înconjoară au înălţimea de 83 de metri. Fiecare se află la distanţă egală de centrul cupolei şi are câte trei balcoane.

Moscheea are 999 de ferestre pe care arhitectul le explică drept simbol al perfecţiunii. Mihrabul – locul de unde predică imamul – este vizibil din orice colţ al moschei iar covorul care acoperă complet podeaua este extrem de moale. Interiorul este împodobit cu dale Iznik şi pot fi admirate de asemenea lucrările de marmură sau ţigle.

Clădirea are trei uşi deschise spre nord, spre sud şi spre curtea interioară decorată la rândul ei cu pridvoare şi cupole şi având o fântână arteziană în centru. În curtea exterioară există o şcoală elementară, o medresă (şcoală islamică în care se predau istorie şi religie), o şcoală de medicină, o cameră cu ceas şi un rând de magazine. Centrul găzduieşte acum un muzeu de istorie a medicinei.

În jurul moscheei sunt şi alte clădiri: biblioteci, şcoli, ospicii, băi, săli de mese pentru săraci, piete, spitale şi un cimitir. În apropiere, se desfăşoară anual în luna iulie anual, Festivalul Tradiţional de Lupte cu o vechime de 600 de ani, iar în luna martie Festivalul Kakava organizat de romi.

Moscheea Selimiye este considerată apogeul acvtivităţii profesionale a faimosului arhitect Sinan (Mimar), cel mai faimos dintre arhitecţii otomani din secolul al XVI-lea, care a lăsat opere importante de artă în istoria mondială a arhitecturii.

Simboluri ale umanităţii

Melcul

În tradiţia populară melcul este un simbol al lentorii, schimbării, fertilităţii, aprecierii lucrurilor simple, dar autentice. Cochilia spiralată îi dă acestei moluşte un aspect armonios. Melcii mari se retrag în timpul iernii în fundul acesteia şi o închid cu o membrană de calcar pe care o sparg după trecerea frigului. Acest element face din el un simbol al Învierii lui Hristos. Faptul că duce casa cu sine îi conferă o mulţime de virtuţi fiind considerat metaforă a modestiei.

În medicina populară, pulberea din cochilie de melci ajută la vindecarea abceselor având şi alte efecte tămăduitoare.

Melcul este şi un simbol al temerilor de orice fel care se ascunde în caz de pericol, iar pentru grecii antici atunci când melcii urcau pe tulpinele grânelor, vesteau că a sosit vremea recoltării.

Casa memorială Mihail Sadoveanu

În municipiul Fălticeni din judeţul Suceava se află casa în care Mihail Sadoveanu (1880-1961) a locuit între 1909-1918. Numită „casa din deal" datorită poziţionării, aceasta a fost construită după planurile marelui prozator în 1908 şi aici a scris aproape o treime din opera sa. Trebuie astfel amintite „Povestiri de seară" în 1910, „Apa morţilor" în 1911, „Un instigator" şi „Bordeienii" în 1912, „Neamul Şoimăreştilor" în 1915, „File însângerate", în 1917.

Muzeul memorial a fost înfiinţat în 1987, iar în anul 2015 a fost inclus pe Lista monumentelor istorice din judeţul Suceava.

În muzeu sunt expuse piese de mobilier, fotografii, documente şi manuscrise care au aparţinut marelui scriitor.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

Misterele din Cambridge...

Celebră în întreaga lume datorită performanţelor realizate în cele opt secole de existenţă, Universitatea din Cambridge, Anglia, a devenit recent subiectul unor controverse majore cauzate de o situaţie tragică şi absolut sinistră.

La fel ca într-un scenariu de thriller, în mai puţin de patru luni (perioada martie-iunie a acestui an), aici s-au înregistrat cinci morţi suspecte de suicid, chiar dacă numai una a fost înregistrată oficial.

Din 2018 până în 2021, au existat trei cazuri confirmate de sinucidere la Cambridge şi un deces în care a fost suspectată sinucidere, potrivit datelor furnizate de universitate. Aparent – conform celor relatate de presa din regat – nu există legături între decese. Victimele frecventau colegii şi domenii de studii diferite, iar poveştile lor nu sunt legate între ele, cel puţin din câte spun faptele.

Ciudata succesiune de morţi se referă la tineri între 20 şi 34 de ani, de ambele sexe. Universitatea a refuzat să precizeze identităţile celor cinci, dar rapoartele din presă i-au menţionat pe Daniel Fry, în vârstă de 20 de ani, istoric în anul doi la colegiul Homerton, care a murit în martie, şi pe Yasmin Lajoie, în vârstă de 34 de ani, aflată în primul an de studii umane, sociale, şi ştiinţe politice la Hughes Hall care a murit în mai.

Într-un comunicat oficial din partea conducerii instituţiei se afirmă că „din păcate, în universităţile din Marea Britanie şi la nivel internaţional, vedem un număr tot mai mare de tineri care folosesc serviciile de consiliere şi raportează lupte cu sănătatea mintală".

Totodată, o declaraţie a sindicatului studenţilor Universităţii Cambridge a criticat planul de prevenire a sinuciderii al universităţii, susţinând că acesta a fost „diluat" după respingerea unor colegii. „Este greşit să speculăm cu privire la circumstanţele morţii fiecărui student, dar nu ar trebui să ne ferim de faptul că există o criză de sănătate mintală a studenţilor la Cambridge", se spune în comunicat.

Noile cifre publicate de Biroul pentru Statistică Naţională în mai au arătat că rata sinuciderilor din învăţământul superior în anul universitar care s-a încheiat, în Anglia şi Ţara Galilor, a fost de trei decese la 100.000 de studenţi, „cea mai scăzută din ultimii patru ani". Au existat, o serie de exemple de mare profil recent, inclusiv moartea Natashei Abrahart (20 de ani), care a suferit de anxietate socială severă şi a fost unul dintre cei 11 studenţi de la Universitatea din Bristol care s-au sinucis între 2016 şi 2018.

Părinţii ei au dat în judecată Universitatea, în temeiul legislaţiei privind egalitatea şi, în mai, instituţia a fost obligată să plătească despăgubiri de 50.000 de lire sterline, după ce un judecător a decis că tânăra era discriminată. Ulterior, universitatea a solicitat permisiunea de a face recurs.

O cercetare pe tema sănătăţii mintale realizată recent în 80 de universităţi britanice a constatat că 57% dintre studenţii chestionaţi au apelat la servicii de consiliere, linii de asistenţă, resurse de autoajutorare şi grupuri de bunăstare.

Femeia-girafă din California

O fascinaţie sălbatică generează acea practică, destul de cunoscută datorită spectaculozităţii sale, a unor triburi din Asia şi din Africa, prin care femeile îşi lungesc foarte mult gâturile, purtând inele speciale instalate treptat, de-a lungul unor ani ai copilăriei şi tinereţii, pentru a provoca, deformarea vertebrelor cervicale, lungindule.

Unii etnografi spun că aceasta ar fi o normă de frumuseţe pentru populaţiile respective, deşi ea implică multă suferinţă. Iată însă că, pornind de la acest „exemplu", o tânără din Statele Unite a dorit să devină o „femeie-girafă" şi a acţionat în consecinţă. Poate un pic cam târziu pentru structura sa anatomică, având în vedere faptul că a demarat operaţiunea pe la vreo 25 de ani.

Sydney Smith, o tânără din California, a făcut un gen de obsesie pentru „femeile-girafă", astfel că a decis să devină un astfel de personaj cu totul insolit, procedând asemănător. Numai că motivaţia era una cu totul diferită: ea îşi dorea, pur şi simplu, să devină cunoscută în toată lumea pentru curajul său ieşit din comun.

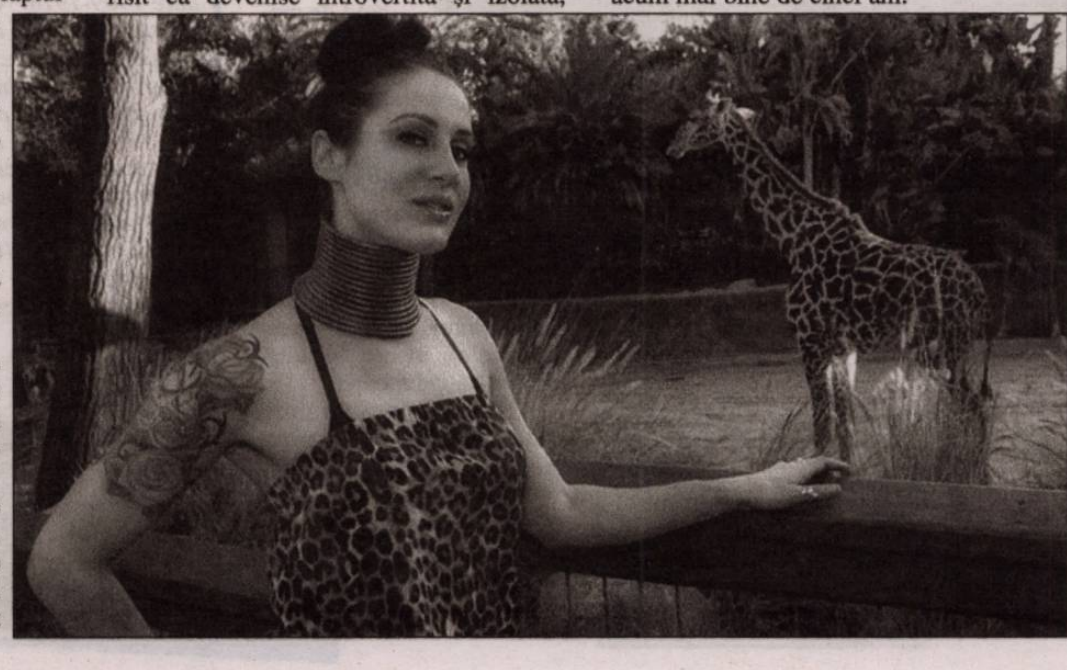
A reuşit, însă cu unele consecinţe dramatice pentru ea, iremediabile, în pofida faptului că îndrăzneaţa ei iniţiativă a fost supravegheată permanent de un medic.

Tânăra a studiat cu atenţie tot ce se cunoaşte despre femeile-girafă, apoi şi-a pregătit 15 inele tribale de cupru pentru gât, care cântăreau mai mult de 2,25 kilograme. Potrivit calculelor şi voinţei sale, la capătul bizarei experienţe ar fi avut gâtul mai lung cu vreo 29 de centimetri!

După cinci ani de veritabil supliciu, Sydney a decis să-şi scoată inelele. Cu acest prilej, ea a dezvăluit că, deşi multdorita notorietate o obţinuse, ea nu putea egala suferinţele strict personale şi afectarea ireversibilă a organismului său. Cea mai „deteriorată" este, regiunea gâtului, dar şi claviculele şi coastele i-au rămas deformate.

Un real handicap... autoindus, pe care îl va duce cu ea toată viaţa. Acesta reprezintă însă doar o parte a calvarului, pe care – destul de ciudat – nu îl regretă. Ea a mărturisit că devenise introvertită şi izolată, întrucât nu mai trăia ca o femeie tânără: „Nu mai puteam funcţiona ca o femeie normală în Statele Unite, cu cincisprezece inele în jurul gâtului. Doar dacă nu cumva aş fi dorit să mă izolez complet, să nu simt nevoia să ies din casă, să nu conduc maşina..."

Corpul femeii poartă stigmatele dorinţei sale oarbe de celebritate. Are echimoze severe în special în zona claviculară, capul îl poate menţine cu greu în poziţia normal şi, mai grav, niciodată nu va mai putea face sport şi nu se va mai putea bucura pe deplin de viaţa sa, ca femeie. Partea pozitivă în toată această chestiune este că, Sudney nu regretă alegerea făcută acum mai bine de cinci ani.



„Asaltul" papagalilor

Forţate în modul cel mai agresiv de expansiunea teritorială a omului în habitaturile lor, tot mai multe specii de animale sălbatice se îndreaptă, la rândul lor, către aşezările în care găsesc surse de hrană ce le ajută să supravieţuiască.

Dacă la noi se vorbeşte despre urşii gunoieri, mistreţi, şacali şi alte vietăţi care pătrund în oraşe şi sate pentru a scotoci după resturi menajere, în alte zone de pe planetă se pot întâlni în aceeaşi postură specii exotice ori, în situaţii similare, animale surprinse individual în locuri „adjudecate" de oameni.

Australienii se confruntă însă la propriu cu superbii papagali kakadu, care au penajul corpului într-o singură culoare, dar o creastă multicoloră superbă, pe care şi-o pot ridica sau coborî, în funcţie de starea lor: teamă, furie, satisfacţie. În ultimele decenii, între oameni şi aceste păsări s-a stabilit un mod de comunicare social impresionant, care face trimitere la nevoia extremă de hrană a animalelor.

Presa locală relatează că în suburbiile oraşului Sydney coşurile de gunoi sunt primele linii ale unei bătălii dezordonate între oameni şi păsări. Pe de o parte, papagalii pătrund în tomberoane, iar de cealaltă parte, sunt localnicii care ar dori să nu mai facă curăţenie după mâncătorii neglijenţi.

Într-un nou studiu, cercetătorii detaliază „cursa înarmărilor" dintre papagalii care jefuiesc şi rezidenţii frustraţi, observând că ambele părţi par să înveţe trucuri de la „adversarii" lor.

Pentru a accesa gustările lor preferate (bucăţi de pâine, sandvişuri cu şuncă), păsările de un alb strălucitor îşi folosesc ciocul şi ghearele curbate pentru a deschide capacul tomberonului. După ce s-au servit, ei aruncă împrejur tot ce li se pare neapetisant, lăsând resturile împrăştiate.

Oamenii nu pot sigila pubelele, deoarece capacele trebuie să se deschidă atunci când camioanele de gunoi le ridică. Anumite strategii însă au împiedicat capacele să se deschidă cu uşurinţă.

Unii proprietari au ataşat de ele greutăţi mari, cum ar fi sticlele de apă pline, pe capacele tomberoanelor. Această tactică dovedindu-se a fi cea mai de succes în a ţine afară papagalii inteligenţi.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Cele mai bune filme despre monarhia britanică

***Moartea reginei Elisabeta a II-a a Marii Britanii, după aproape un secol de viaţă şi şapte decenii de domnie a stârnit un interes uriaş pentru monarhia britanică, inclusiv din partea cinefililor, care au luat cu asalt televiziunile prin cablu pentru a urmări excelentul serial* The Crown.**

Dar acesta nu este singura producţie cinematografică având ca subiect familia regală de la Londra. Dacă doriţi să parcurgeţi un „maraton" de gen, avem câteva sugestii de neratat!

Elisabeta

Primul dintre cele două filme având-o pe actriţa australiană Cate Blanchett în rolul reginei titulare, acest film biografic din 1998 dramatizează primii ani de domnie ai reginei Elisabeta I a Angliei.

Tânăra protestantă Elisabeta a fost încoronată regină la moartea surorii sale vitrege catolice, Maria I, în 1558. Rolul i-a adus lui Blanchett un Glob de Aur şi un BAFTA în 1998, iar filmul a primit şapte nominalizări la Oscar.

Joseph Fiennes, Christopher Eccleston, John Gielgud, Geoffrey Rush şi Richard Attenborough joacă, de asemenea, în rolurile principale. În ciuda jocului actoricesc de excepţie, producţia a fost criticată de istorici pentru numeroasele inadvertenţe.

Elisabeta: Epoca de aur

Cate Blanchett a reluat rolul reginei Elisabeta I în această continuare din 2007 şi a fost nominalizată la Premiile Oscar pentru cea mai bună actriţă.

Elisabeta: Epoca de aur abordează ultima parte a domniei reginei, reluând

povestea în 1585, când regele Filip al II-lea al Spaniei plănuieşte un război cu Anglia, iar Elisabeta se vede presată să se căsătorească. Filmul a fost din nou criticat pentru inexactităţile sale istorice, dar criticii de specialitate l-au descris ca fiind „extrem de amuzant".

Leul în iarnă

Peter O'Toole şi Katharine Hepburn au condus distribuţia acestei drame de epocă din 1968, care a câştigat trei premii Oscar, inclusiv cel pentru cea mai bună actriţă pentru Hepburn.

Având o acţiune plasată la Crăciunul anului 1183, *Leul în iarnă* urmăreşte planurile regelui Henric al II-lea de a-şi

anunţa succesorul la tron. Un „joc de putere medieval" *(The Times),* filmul prezintă, de asemenea, debutul în cinematografie al lui Sir Anthony Hopkins şi al viitorului James Bond, Timothy Dalton.

Discursul regelui

Bazată pe piesa de teatru cu acelaşi nume, drama istorică din 2010 a regizorului Tom Hooper a primit 12 nominalizări la premiile Oscar, câştigând patru premii (Cel mai bun film, Cel mai bun regizor, Cel mai bun scenariu original şi Cel mai bun actor).

În *Discursul regelui,* regele George al VI-lea, interpretat de Colin Firth, lucrează cu un logoped australian, interpretat de Geoffrey Rush, pentru a face faţă bâlbâielii sale. *The Guardian* a descris filmul ca fiind „foarte plăcut şi superb produs" şi „un succes de public masiv".

Cealaltă fată Boleyn

O adaptare după romanul Philippei Gregory, realizată în 2008 de Peter Morgan, scenaristul serialului *The Crown*, această dramă romantică istorică o are pe Natalie Portman în rolul aristocratei din secolul al XVI-lea Anne Boleyn, cea de-a doua soţie a regelui Henric al VIII-lea.

Scarlett Johansson o interpretează pe sora lui Anne, Mary, care a fost, de asemenea, una dintre amantele lui Henric. Filmul a fost criticat pentru denaturarea faptelor istorice, deşi criticii au fost impresionaţi de interpretarea celor două actriţe principale.

Regina

Cu un alt scenariu semnat de Peter Morgan, creatorul *The Crown,* această dramă ficţională din 2006 descrie reacţia familiei regale britanice la moartea prinţesei Diana în 1997.

Interpretarea reginei Elisabeta a II-a de către Helen Mirren i-a adus acesteia un premiu Oscar pentru cea mai bună actriţă, iar reputata actriţă a fost chiar invitată la cină la Palatul Buckingham de către regină după lansarea filmului. Recenzia revistei *Empire* a numit Regina „un film fascinant, amuzant, răutăcios şi la obiect".

Tânăra Victoria

Scris de Julian Fellowes, acest film din 2009 se concentrează asupra primilor ani şi a domniei reginei Victoria şi a căsătoriei acesteia cu prinţul Albert. Cu Emily Blunt *(Diavolul se îmbracă de la Prada)* şi Rupert Friend *(Homeland)* în rolul Victoriei şi al lui Albert, distribuţia din *Tânăra Victoria* îi mai reuneşte pe Miranda Richardson, Mark Strong şi Jim Broadbent.

În recenzia revistei *Time* se spune: „Poate că îi privim pe Victoria şi Albert prin ochelari roz, dar această poveste de dragoste este o ţesătură romantică emoţionantă".

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET

Bogdan Dumitrache

Unul dintre cei mai importanţi actori ai generaţiei sale, Bogdan Dumitrache s-a născut pe 2 mai 1977 la Bucureşti şi a absolvit Universitatea Naţională de Artă Teatrală şi Cinematografică „Ion Luca Caragiale" din Bucureşti în 1999, la clasa profesorului Mircea Albulescu.

A debutat pe scenă la Teatrul Nottara un an mai târziu, în piesa *Trilogie Belgrădeană,* dar, spre deosebire de majoritatea colegilor săi de promoţie, a ajuns să se dedice filmului după ce teatrul l-a dezamăgit: ca angajat al Teatrului Naţional din Craiova, a dormit timp de trei ani într-o cabină a acestei instituţii.

Ulterior însă, şi-a luat revanşa, investind în teatru nu doar energie, ci şi bani: în 2016 a înfiinţat, alături de alţi actori, teatrul privat Apollo 111, în cadrul căruia a dus la bun sfârşit mai multe proiecte de suflet, foarte apreciate de publicul iubitor de teatru.

A jucat în peste 30 de filme importante ale ultimelor decenii, precum *Moartea domnului Lăzărescu* (2005), *Cum mi-am petrecut sfârşitul lumii* (2006), *Portretul luptătorului la tinereţe* (2009), *Loverboy* (2011), *Din dragoste cu cele mai bune intenţii* (2011), *Poziţia copilului* (2013), *Când se lasă seara peste Bucureşti sau Metabolism* (2013), *Sieranevada* (2016), *Pororoca* (2017), *Heidi* (2019), colaborând cu unii dintre cei mai talentaţi şi mai apreciaţi regizori ai „noului val românesc", precum Cristi Puiu, Cătălin Mitulescu, Constantin Popescu sau Alexandru Mavrodineanu.

Prestaţiile sale au fost răsplătite cu distincţii de excepţie: Cel mai bun actor în rol principal la Festivalul Internaţional de Film de la Locarno pentru filmul *Din dragoste cu cele mai bune intenţii*, Cel mai bun actor într-un rol secundar la Premiile Gopo 2011, în *filmul Portretul luptătorului la tinereţe*, Cel mai bun actor într-un rol principal la Premiile Gopo 2012 şi 2019, pentru filmele *Din dragoste cu cele mai bune intenţii*, respectiv *Pororoca.*

Reviste

Tăbăcit de vreme şi vremuri

Am primit, prin intermediul poetului Aurel Maria Baros, secretar general de redacţie, numărul 8 din Luceafărul de dimineaţă, revistă de cultură a Uniunii Scriitorilor din România şi, citindu-l pe îndelete am reţinut câteva articole extrem de interesante.

Unul este cronica literară semnată de Dan Cristea la ultimul volum al lui Nicolae Prelipceanu, *funa máro* apărut la editura Cartea Românească în acest an, „un volum complex, făcând loc multor paranteze în cuprinsul aceluiaşi poem, şi care pune alături versuri despre contrarii, precum viaţă şi moarte, anii tinereţii şi anii senectuţii, acum şi altădată".

Continuând analiza, Dan Cristea scrie: „Contrastul dintre altădată şi acum, articulat printr-un fin dozaj de tristeţe, melancolie, sarcasm, dar şi de autoironie, dă naştere şi poemului *Un poet bătrân,* una dintre cele mai rezistente piese ale culegerii: „un poet bătrân nu mai face doi bani/ a încetat să mai scrie întruna sigur de el/ i s-au rărit cuvintele ca şi părul/ dar tot mai încearcă să ţină pasul cu sine însuşi/ cel din anii tinereţii/ mai merge la iaşi urcă pe copou/ să se uite degeaba la teiul lui eminescu/ şi gâfâie mai tare decât altădată urcând/ că aici nu-i marea egee nici mediterana/ unde mai înaintează cu oarecare uşurinţă/ dar nici acolo ca altă dată de la doi mai".

Dar trecutul nu înseamnă doar tristeţi, melancolii, păreri de rău, scrie Dan Cristea, „ci şi „era trecută" care nu ne-a părăsit încă pe de-a-ntregul, căci aceasta „vine mereu vine mereu calcă totul în picioare (la ei) putrede/ nemaivăzute nemaiauzite nemaipipăite". De unde şi concluzia amar-sarcastică a autorului: „viaţa noastră a fost orânduită între oase/ îţi rup oasele striga torţionarul/ mi-au rupt oasele suspinau victimele/ vai oasele mele cântă maneliştii vremurilor noi/ coadă la oasele sfinţilor să ne facem bine să nu mai fie dureri în loc de viată/ coadă la tacâmuri altădată ca un antrenament pentru ce avea să urmeze/ coadă la şi coadă la".

În final, Dan Cristea reţine „două poeme din culegere", care „îmi plac în mod deosebit prin admirabila capacitate de sugestie dovedită de Nicolae Prelipceanu. Primul este ace de pin, aluzie bine îmbrăcată la scrisul „înţepător" al autorului: „în adolescentă ascultam duminica dimineaţa/ la difuzorul din bucătărie/ poemul simfonic pinii din roma de ottorino respighi/ dar abia după vreo treipatru adolescenţe/ i-am văzut pe unii dintre ei/ însă să-mi fie iertată erezia eu prefer pinii mei/ de la èze-sur-mer/ ale căror ace cad mereu/ în ceea ce scriu eu/ chiar când nu mai sunt demult/ sub umbra bătrânelor crengi/ care se întind deasupra mea protectoare/ uneori/ când soarele arde prea tare".

Al doilea e cel care dă titlul volumului, *funa máro,* nume inventat al unei sirene zugrăvite pe peretele unui hotel din Sulina de altădată, poem care, dincolo de suprafaţa poveştii, ne oferă ceva din întregul volum, ceva greu explicabil, fără trăire, doar prin cuvinte, şi anume sentimentul estompării, ştergerii, pierderii în timp: „a fost o sirenă pe un perete demult/ o chemare târzie şi fără ecou căci sufletul nostru era/ vai de mine/ mai nou// am râs noi atunci de sirena aceea/ din sulina altor vremi/ funa máro strigam/ tu de cine te temi// însă ea/ nu se temea/ şi se estompa/ umbra ei/ iar apoi/ după ea/ chiar şi noi".

GEORGE CUŞNARENCU

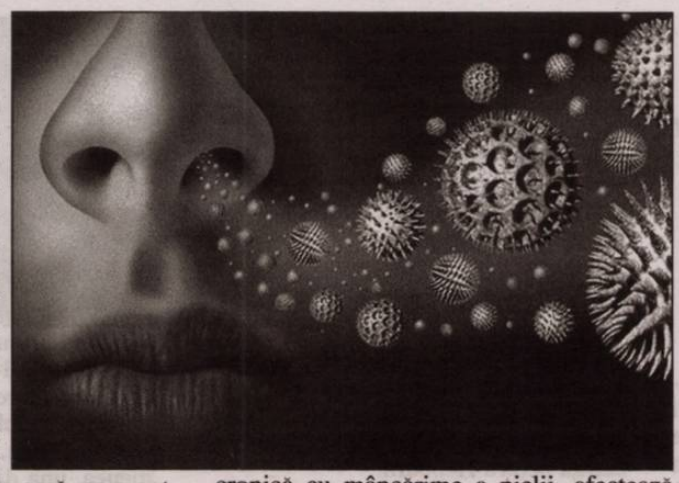
Alimentele bogate în fibre tratează alergiile cutanate

Un studiu realizat la Universitatea Monash din Australia a constatat că fermentarea microbiană a fibrelor alimentare din intestin poate proteja împotriva bolilor alergice ale pielii.

Cercetarea consolidează cunoştinţele despre aşa-numita axă intestin-piele şi ar putea duce la noi tratamente pentru prevenirea sau tratarea alergiilor. Cercetătorii au hrănit şoarecii de laborator cu o dietă bogată în fibre fermentabile sau le-au dat acizi graşi cu lanţ scurt (SCFA) purificaţi.

Analizele ulterioare au arătat că ambele tratamente au fost profund protectoare

împotriva inflamaţiilor alergice ale pielii. S-a descoperit că a durat doar câteva minute pentru ca SCFA să ajungă la piele, unde au îmbunătăţit metabolismul keratinocitelor (proteine care intră în structura părului, epidermei, unghiilor, coarnelor, copitelor etc.), pregătindu-le să se maturizeze şi să producă componentele structurale esenţiale pentru piele.



Rezultatul a fost că bariera pielii a fost întărită împotriva alergenilor precum acarienii de praf de casă, care pot pătrunde în piele şi pot activa sistemul imunitar, ducând la o reacţie alergică.

Îmbunătăţirea activă a funcţiei de barieră a pielii poate avea efecte de protecţie împotriva expunerilor de mediu care cauzează alergii şi poate chiar şi a altor afecţiuni ale pielii ce se bazează pe o barieră a pielii deteriorată sau slabă. SCFA pot fi administrate oral sau direct pe piele, sub formă de cremă, ocolind intestinul.

Faptul că acizii graşi cu catenă scurtă pot fi administraţi local şi sunt bine toleraţi deschide posibilităţi pentru dezvoltarea de strategii preventive şi tratamente pentru bolile de piele. De pildă, dermatita, o boală cronică cu mâncărime a pielii, afectează circa 10-15% dintre copii şi 2-3% dintre adulţi. Alte afecţiuni ale pielii ce pot fi legate de intestin sunt acneea, rozaceea şi psoriazisul.

Alimente necesare pentru a produce acid butiric sunt legumele, cerealele integrale, fructele, seminţele precum inul, leguminoasele precum lintea, mazărea şi năutul, tuberculica napii sau cartofii.

Pe de altă parte, avem la dispoziţie şi unele alimente deosebit de utile sănătăţii organismului, care conţin butirat, cum ar fi untul, ghee (untul clarificat), laptele de capră sau de oaie şi unele alimente fermentate, cum ar fi varza murată.

Vaccinul antigripal
este un element vital

O echipă internaţională de cercetători a demonstrat că, printre pacienţii cu gripă spitalizaţi, cei vaccinaţi au avut infecţii mai puţin severe, inclusiv reducerea la aproape jumătate a riscurilor pentru copiii care necesită internarea la o unitate de terapie intensivă.

În plus, cercetătorii au descoperit că decesele în rândul adulţilor de cel puţin 65 de ani, spitalizaţi, care au fost vaccinaţi au fost cu 38% mai mici în comparaţie cu cei care nu au fost vaccinaţi.

O nemulţumire frecventă cu privire la vaccinurile antigripale invocă faptul că eficienţa lor împotriva infecţiei e situată între 40 şi 60% şi de aceea este important de reţinut că, deşi toţi subiecţii incluşi în studiu au fost spitalizaţi, cei vaccinaţi au prezentat un risc mai mic de îmbolnăvire gravă sau deces, ceea ce sugerează posibilitatea de consecinţe mult mai puţin complicate dacă persoanele sunt vaccinate.

La nivel global, în cifre medii, gripa se află la originea a 9,5 milioane de spitalizări, 81,5 milioane de zile de internare şi 145.000 de decese în fiecare an, iar vaccinarea oferă cea mai bună metodă de prevenire a maladiei, reducând îmbolnăvirea populaţiei generale cu 40-60%, spun experţii.

Mai exact, analiza a constatat că trei grupuri vizate în mod obişnuit pentru vaccinarea antigripală suferă de boli mai puţin severe. Copiii care au primit doar o parte din prima serie de vaccinuri antigripale au avut riscuri cu 36% mai mici de a fi internaţi într-o unitate de terapie intensivă, iar la cei la care s-a finalizat această serie riscurile au fost cu 48% mai mici, comparativ cu copiii nevaccinaţi.

Având în vedere faptul că sezonul gripei din iarna următoare este foarte apropiat şi că vaccinurile antigripale sunt acum mai disponibile, aceste rezultate evidenţiază importanţa vaccinării împotriva gripei pentru oricare persoană în vârstă de 6 luni sau mai mult – arată specialiştii.

În contextul dat, este esenţial ca furnizorii de asistenţă medicală şi publicul să înţeleagă riscurile reale ale ratei vaccinărilor. Este mult mai bine să prevenim o boală gravă decât să suferim prin ea, pentru pacient şi pentru toată lumea din comunitatea lor.

Calciul
şi cancerul de prostată

Potrivit unui studiu american, un nivel ridicat de calciu din sânge ar induce la bărbaţi un risc mai mare de a dezvolta cancer de prostată, rezultat considerat o veste bună pentru prevenţie. Bărbaţii a căror calcemie (cantitatea de calciu din serul sangvin) atinge cele mai mari valori din intervalul considerat normal ar prezenta un risc de trei ori mai mare de a dezvolta cancer de prostată.

Acesta este rezultatul unui studiu semnat de medicii americani, Halcyon Skinner (epidemiolog la Universitatea din Wisconsin-Madison) şi Gary Schwartz (oncolog la Wake Forest University). Concluzia se bazează pe analiza dosarelor medicale a 2.814 bărbaţi urmărită ca parte a unui studiu pe termen lung, din total fiind identificate 85 de cazuri de cancer de prostată şi 25 de decese din cauza acestei boli.

Pentru aceşti pacienţi, calciul seric a fost măsurat cu mult înainte de detectarea tumorii, în medie în jur de zece ani. Studiul se încheie cu concluzia unei corelaţii semnificative între calcemie şi cancer.

Cercetătorii au luat în considerare trei grupuri, în funcţie de conţinutul de calciu din sânge. La cel cu cel mai mare calciu seric (99 până la 105 mg/l, maximul considerat a fi nepatologic fiind de 105 mg/l), numărul de cancere a fost de 2,7 ori mai mare decât cel observat la lotul cu calciu seric cel mai slab. A avea un nivel ridicat de calciu în sânge sau a avea o rudă apropiată care a dezvoltat cancer de prostată ar induce atunci un risc de acelaşi ordin.

Se ştia deja că celulele tumorale ale cancerului de prostată au un număr anormal de mare de receptori sensibili la calciu, precum şi la hormonul paratiroidian. Produsă de glanda cu acelaşi nume, aceasta din urmă reglează cantitatea de calciu din sânge, un parametru fiziologic foarte important.

De asemenea, se ştie că hipercalcemia este adesea legată de cancere şi în special de metastaze osoase. În plus, mai multe studii au arătat că un consum mare de produse lactate creşte riscul de cancer de prostată.

Totuşi, mecanismul precis care leagă calciul seric de cancerul de prostată rămâne necunoscut. Ar putea fi, dimpotrivă, un efect secundar dacă originea s-ar afla în hormonul paratiroidian. Chiar şi fără a înţelege pe deplin fenomenele implicate, aceste rezultate, dacă ar fi confirmate, s-ar putea dovedi totuşi a fi exploatabile: există medicamente capabile să reducă calciul seric sau cantitatea de hormon paratiroidian şi poate deveni eficace un tratament preventiv sau foarte precoce.

PE SCURT
despre sănătatea dumneavoastră

Izolarea, dezolarea şi sentimentul de gol sunt câteva condiţii care transformă singurătatea într-o patologie sau o boală, acest lucru afectând din ce în ce mai mult societatea, chiar înainte de apariţia reţelelor de socializare şi a crizelor sanitare generalizate.

Deşi dezbaterile publice despre izolarea socială şi singurătatea cronică s-au concentrat în mare măsură pe influenţa izolatoare a reţelelor sociale, care a creat o „epidemie de singurătate culturală", adevărul este că problema e mult mai profundă şi că dovezile substanţiale precedă boom-ul tehnologic.

Specialiştii sunt unanim de acord că singurătatea cronică va avea tot mai multe efecte asupra sănătăţii publice. La un anumit moment din viaţa lor, oamenii se pot confrunta cu perioade scurte de singurătate. Când însă acel sentiment continuă pe termen lung, poate declanşa alţi factori.

Singurătatea cronică, preludiu al depresiei

Singurătatea apare atunci când o persoană se simte izolată sau, din anumite motive, a fost izolată de reţeaua de sprijin, cum ar fi prietenii sau familia; în acel moment se cronicizează, aşa că ar trebui căutat ajutor pentru a începe recuperarea legăturilor sociale deteriorate.

Un factor social important de luat în considerare este pierderea libertăţii de a alege, deoarece în ultimii ani au fost impuse izolările şi carantinele extrem de nocive pentru psihicul individual. Deşi există şi o „singurătate sănătoasă" – ceea ce apare în mod firesc atunci când o persoană se află în contact permanent cu sine şi generează momente de introspecţie pozitivă – acestea devin patologice atunci când individul se confruntă cu dezolarea şi golul, care constituie preambulul depresiei.

Singurătatea cronică este o stare predictivă de depresie, motiv pentru care persoanele care la un moment dat se confruntă cu aceasta şi au nevoie de companie, ar trebui să ia iniţiativa de a consulta specialişti şi de a stabili strategii de sprijin în contextul lor social, familial, reţele personale.

Ceea ce trebuie verificat de specialişti este dacă răspunsul emoţional al indivizilor e susţinut în timp şi continuă să se exprime prin reprimarea emoţiilor, suferinţe intense sau complicaţii asociate şi exacerbate din cauza lipsei de atenţie.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Colonul iritabil şi medicina energo-informaţională

Îmbolnăvirile tractului gastro-intestinal devin tot mai dese, afecţiunile se cronicizează în loc să se vindece şi constituie o mare provocare pentru medicina clasică.

Stomacul şi colonul iritabil au diferite simptome de manifestare, motiv pentru care rar pot fi depistate cauzele concrete, deci şi terapiile necesare sunt greu de stabilit.

Ca şi cauze orientative pentru anamneză sunt de luat în vedere:

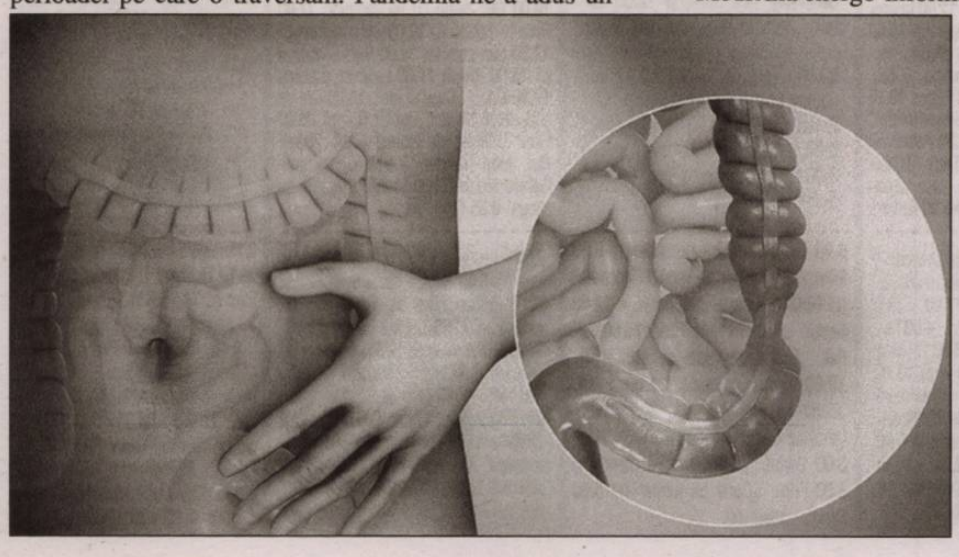
- ***Stresul*** – toţi avem stresul zilnic, unele persoane parcă sunt conectate la curent, adică au aşteptări foarte mari de la ei însişi şi de la cei din jurul lor. Stresul permanent duce la sensibilizarea nervilor ţesutului stomacului şi intestinului, reduce circulaţia în abdomen. Stresul reprezintă pentru corp o situaţie de supravieţuire şi energia este luată de la tractul gastro-intestinal şi trimisă să echilibreze situaţia care a provocat stresul. Aici intervine medicina energo-informaţională prin readucerea echilibrului energetic în balanţă, autoreglarea energetică a corpului şi echilibrarea energetică a sistemului neuro-vegetativ.
- ***Obiceiurile alimentare*** sunt de cele mai multe ori greşite. Se mănâncă repede, se citesc informaţiile pe telefon, televizorul. Un stomac cu prea multă/puţină aciditate poate duce la încărcarea cu aciditate a mucoasei stomacale/intestine, alimentaţia nu mai poate fi dezinfectată şi se prodiasimilata corect, fenomen ce duce la suprapopularea peretelui stomacal cu bacterii şi ciuperci (candida).
- ***Procesele inflamatorii:*** peretele stomacului procesează alimentele parţial, producând o permanentă iritare a receptorilor nervoşi.
- ***Microbiomul intestinal:*** tractul gastro-intestinal este biotop, adică este populat cu diferite microorganisme. Atâta timp cât aceste microorganisme sunt în echilibru, sunt necesare corpului. Dereglarea acestui mileu (flora intestinală, disbioze, paraziţi, candida, virusuri...) atrage după sine o serie de afecţiuni gastro-intestinale.

Medicina energo-informaţională, prin programele de terapii pe care le propune conform diagnosticului energetic, este în măsură să aducă acest mileu microbian în echilibrul din care este ieşit.

Bariera mucoasei intestinului gros se deteriorează în timp şi datorită administrării medicamentaţiei de sinteză. Cu alte cuvinte, această barieră începe să prezinte „găuri" (Leaky Gut Syndrom), de aici porneşte o întreagă cascadă de afecţiuni cu simptomele specifice.

Să nu uităm că în tractul gastro-intestinal are loc formarea a peste 85% din imunitatea noastră. Tot aici se găseşte hormonul relaxării – serotonina (în peretele intestinului gros) care la lăsarea întunericului se transformă în melatonină, hormonul somnului.

Stresul oxidativ este o cauză majoră caracteristică perioadei pe care o traversăm. Pandemia ne-a adus un stres major în viaţa noastră, iar persoanele care oricum aveau deja anumite afecţiuni pe tractul gastro-intestinal simt o acutizare a acestor afecţiuni.



Medicina energo-informaţională este în măsură să ne ofere terapii personalizate, care să readucă în echilibru comunicarea la nivel de celulă, organ, sistem. O detoxifiere „microdetoxifiere la nivel celular" este un balsam pentru mucoasa stomacului şi a intestinului. Întrerupe comunicarea senzorilor nervoşi spre creier.

Terapiile oferite de medicina energo-informaţională sunt terapiile omului de astăzi, un om stresat care are nevoie de terapii personalizate. Boala este ceva personal la fiecare om, ca şi manifestările ei care sunt diferite de la persoană, la persoană. Deci, ca urmare, terapiile trebuie să fie personalizate. Omul de astăzi este infestat din toate direcţiile, mediu înconjurător, alimentaţie.

Diagnosticarea şi tratamentele oferite de medicina energo-informaţională se bazează pe informaţia energetică a pacientului aflat în terapie. O disciplină care se adresează omului de astăzi, fără durere, fără chimie, atât pentru copii, cât şi pentru persoanele adulte, indiferent de vârstă.

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informaţională, membră a Societăţii Naturiştilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog

Pentru mai multe informaţii accesaţi:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

CONTACT: DermaVital Bucureşti, strada Brânduşelor 6B, et. 2, interfon 003

PUBLICITATE

ACOPREVENT
supliment alimentar pentru un sistem imunitar stabil

dermaVITAL
tel 0731.871.968 / 021.322.40.04
www.dermavital-med.ro

Ce este Acoprevent?

Este un supliment alimentar bazat pe plante ayurvedice care are la bază o tehnologie inovativă, tehnologia punctelor cuantice, care multiplică descărcarea energetică a substanţelor conţinute. Opreşte o întreagă cascadă inflamatorie la nivel celular, este un antioxidant puternic, este o tehnologie inovatoare avansată, bazată pe activarea micronutrienţilor.

Se recomandă în afecţiunile în care sistemul imunitar este suprasolicitat, ca alergii, tuberculoză, infecţii virale, sindromul oboselii cronice, candida, hepatită virală, septicemie, borelioză cronică, apărarea corpului în cazul bolilor maligne.

Conţine: extract de cacao, extract de hamei, garofiţă-sălbatică, muscat, coajă de lămâie, thymian, salvie, extract de susan, extract din pulbere de alge maro. Informaţia cuantică este pusă pe un grăunte de siliciu.

3 capsule administrate zilnic conţin: complex ayurvedic activ – 411 mg, pulbere de alge maro – 162 mg, zinc – 9 mg.

Dozare şi mod de administrare: adulţi şi tineri de 3 ori zilnic 1 capsulă înainte de masă, copii 2-6 ani – 1 capsulă zilnic, înainte de masă.

Efecte secundare nu sunt cunoscute.

Interacţiune cu alte medicamente: poate fi combinat la nevoie cu orice medicamentaţie de sinteză.

Flaconul conţine 90 de capsule a 320 mg

Costul este de 210 lei flaconul plus taxa de transport 20/22 lei.

Distribuit în România prin Centrul German DermaVital Bodymed S.R.L.

TERAPIA 4W – IMUNITATEA ÎNNĂSCUTĂ

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunităţii înnăscute. Persoanele care au mai multe afecţiuni cronice, au făcut sau fac chimioterapie/radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută.

Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intrusului, bacterii/virusuri.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acţiune când un intrus a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit şi a fost – memorat – de către acesta. Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvenţelor patologice emise de virusuri/bacterii.

Terapia 4w, se execută în 4 zile consecutive durează aproximativ 1 oră, şedinţa nu doare, nu are efecte secundare.

Terapia 4w este în ofertă de la ~~680 lei~~, la 500 lei.

PUBLICITATE

Revista „Magazin" nu îşi asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestor produse!

LUNI – 31 octombrie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 10.00 AgroStrategia 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Garantat 100% (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 17.00 Atelier de sănătate 17.55 Omul care dăruiește oglinzi (r) 18.55 Dincolo de alb și negru 20.00 Telejurnal 21.00 Câștigă România! 22.00 Dosar Romania (r) 23.00 Mondial în familie 0.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO-TV 20.30 Serial: „Clanul" 23.00 Știrile PRO 23.30 Film: „Last Witch Hunter" (r) 1.30 Lecții de viață (r) 2.30 Umami: al 5-lea gust (r) 3.00 Vorbește lumea 5.00 Ce spun românii (r).

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Mireasa 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuțite 0.00 Observator 0.30 Film: „Super polițiști 2" (SUA, 2018). Cu: Rob Lowe, Linda Crater 2.30 Băieți de oraș 3.00-5.00 Reluări.

PRIMA TV
7.00 Starea Nației 8.00 Teleshopping 8.30 Flash monden 9.00 Exclusiv VIP 11.00 Teleshopping 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" 14.00 Focus 15.30 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.15 Serial: „Iubiri secrete" 20.00 Film: „Pe aripile vulturilor" (SUA, 2016). Cu: Joseph Fiennes 22.00 Starea Nației 23.00 Focus 0.00 Pup-o, mă! (r) 1.00 Serial (r) 2.00 Film: „Războiul traficanților" (r) 5.00 Flash monden (r) 5.30 Serial (r) 6.30 Serial: „Iubiri secrete" (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste și alte complicații" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Mai mult decât o familie" (ep.1,2). Cu: Bárbara de Regil 15.00 Serial: „Dragoste și alte complicații" 17.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de țigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleșcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viața (r) 9.00 Cirque du Soleil: Kurios, cabinetul de curiozități 10.00 Documentar 360°-GEO (r) 11.00 Azi despre mâine 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităților 13.30 Educație la înălțime (r) 14.30 Documentar 360°-GEO 15.00 Azi despre mâine 15.30 Teleșcoala 16.30 România... în bucate 17.00 În direct cu viața 18.00 Ora de știri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Rețeaua de idoli 21.00 Memorialul durerii 22.00 Doc.: „O mamă în acțiune" 23.00 Serial (r) 0.00 Luminița de la miezul nopții 2.35-5.20 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Serial: „La Bloc" (r) 6.45 La Măruță (r) 8.45 Film (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „Perfect Romance" (r) 14.45 Film (r) 16.30 Film: „Marșul nupțial 5: Iubitul meu s-a întors" (SUA, 2019) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Casa de sticlă" (SUA, 2001). Cu: Liliane Gloria Sobieski 22.30 Film: „Bun venit în Zombieland" (SUA, 2009). Cu: Emma Stone, Abigail Breslin 0.30-4.30 Reluări.

MARȚI – 1 noiembrie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 10.00 AgroStrategia 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Profesioniștii (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 17.00 Atelier de sănătate 18.00 Lumea financiară 18.55 Dincolo de alb și negru 19.40 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Câștigă România! 22.00 Serial: „Obsesia Evei" 23.00 Mondial în familie 0.00-6.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO-TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO-TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Sunt celebru, scoate-mă de aici! 23.30 Știrile PRO-TV 0.00 Film: „The Meg" (r) 2.15 Lecții de viață (r) 3.00 Vorbește lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Mireasa 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuțite 0.00 Observator 0.30 Film: „Inimă neînfricată" (SUA,1995). Cu: Mel Gibson, Sophie Marceau 4.00 Mireasa (r) 5.00 Prețul cel bun (r).

PRIMA TV
7.00 Starea Nației (r) 8.00 Teleshopping 8.30 Flash monden (r) 9.00 Exclusiv VIP (r) 11.00 Teleshopping 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" (r) 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.30 Serial: „Iubiri secrete" 20.00 Film: „Bel Canto" (SUA, 2018). Cu: Julianne Mo 22.00 Starea Nației 23.00 Focus 0.00-6.00 Reluări.

acasă
6.00 Serial: „Dragoste și alte complicații" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial: „Iubiri fără hotar" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Mai mult decât o familie" 15.00 Serial: „Dragoste și alte complicații" 17.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de țigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleșcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Cirque du Soleil: Kooza 10.00 Documentar 360°-GEO (r) 11.00 Euromaxx 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Opera comică pentru copii (r) 14.30 Documentar 360°-GEO 15.30 Teleșcoala 16.30 România... în bucate 17.00 În direct cu viața 18.00 Ora de știri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Destine ca-n filme 21.00 D'ale lu' Mitică (r) 22.00 Ediție limitată 23.00 Serial (r) 0.00 Luminița de la miezul nopții 2.00 Revizie tehnică.

PRO CINEMA
6.00 Serial: „La Bloc" (r) 6.30 La Măruță (r) 8.00 Film: „Perfect Romance" (r) 10.00 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „Clifford" (r) 14.30 Film: „Paul Blart: Mall Cop 2" (r) 16.30 Film: „Misterul lui Hailey Dean: Un teren mortal" (SUA, 2017) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Empire State: Lovitura secolului" (SUA, 2013). Cu: Dwayne Johnson, Emma Roberts 22.30 Film: „Resident Evil: Viața de apoi" (SUA, 2010). Cu: Milla Jovovich, Ali Larter 0.30-4.15 Reluări.

MIERCURI – 2 noiembrie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 10.00 AgroStrategia 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Lumea financiară (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Convietuiri 17.00 Atelier de sănătate 18.00 Breaking Fake News 18.55 Dincolo de alb și negru 20.00 Telejurnal 21.00 Câștigă România! 22.00 Serial: „Obsesia Evei" 23.00 Mondial în familie 0.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO-TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO-TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Visuri la cheie 23.30 Știrile PRO-TV 0.00 Film: „Twist" (SUA, 2021). Cu: Michael Caine, Lena Headey, Dominic Di Tommaso, Rita Ora 2.00-5.00 Reluări.

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 17.00 Observator 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuțite 0.00 Observator 0.30 iRoast (r) 1.45 Revizie tehnică 5.00 Prețul cel bun (r).

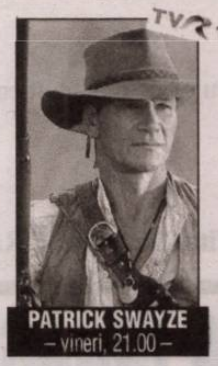
PRIMA TV
7.00 Starea Nației (r) 8.10 Flash monden 9.00 Exclusiv VIP (r) 11.00 Teleshopping 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" (r) 14.00 Focus 15.30 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.15 Serial: „Iubiri secrete" 20.00 Cronica cârcotașilor 22.00 Starea Nației 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Cronica Cârcotașilor (r) 4.00 Focus 5.30 Serial: „Dragoste și răzbunare" (r) 6.00 Serial: „Iubiri secrete" (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste și alte complicații" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Mai mult decât o familie" 15.00 Serial: „Dragoste și alte complicații" 17.00 Serial: „Un loc în inima ta" 18.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de țigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleșcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viața (r) 9.00 Cirque du Soleil: Kooza 10.00 Documentar 360° (r) 11.00 Fii în formă! 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităților 13.30 Ediție limitată (r) 14.30 Documentar 360° 15.30 Teleșcoala 16.30 România... în bucate 17.00 În direct cu viața 18.00 Ora de știri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Film: „Jean De Florette" (Franța, 1986). Cu: Gerard Depardieu 22.30 Povestea vinde 23.00 Serial (r) 0.00 Luminița de la miezul nopții 1.00-5.35 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 La Măruță (r) 8.15 Film (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film: „Hailey Dean Mystery: Deadly Estate" (r) 14.15 Film: „Vânătoarea de șoareci" (SUA, 1997) 16.15 Film: „Nunta mea preferată" (SUA, 2017) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Bubuială în Bronx" (SUA, 1995). Cu: Jackie Chan 22.15 Film: „Dispărută" (SUA, 2012). Cu: Amanda Seyfried 0.15-3.45 Reluări.

LYNDA CARTER
– luni, 0.30 –



PATRICK SWAYZE
– vineri, 21.00 –

CLAIRE HARMAN
– joi, 20.00 –

MICHAEL CAINE
– miercuri, 0.00 –

BÁRBARA DE REGIL
– luni-vineri, 13.00 –

JEAN-CLAUDE VAN DAMME
– sâmbătă, 23.30 –

MILLA JOVOVICH
– marți, 22.30 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 3 noiembrie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Breaking Fake News (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Akzente 17.00 Atelier de sănătate 18.00 Omul și timpul 18.55 Dincolo de alb și negru 20.00 Telejurnal 21.00 Câștigă România! 22.00 Documentar 23.10 Mondial în familie 0.00-5.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO-TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO-TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO-TV 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 21.30 Sunt celebru, scoate-mă de aici! 23.30 Știrile PRO-TV 0.00 Film: „Demolarea" (SUA, 2021). Cu: Scott Adkins, Dolph Lundgren Vas Sanchez 2.00-5.00 Reluări.

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Mireasa 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuțite 0.00 Observator 0.30 Film: „Super polițiști 2" (SUA, 2018). Cu: Rob Lowe, Linda Crater 2.30 Băieți de oraș 3.00-5.00 Reluări.

PRIMA TV
7.00 Starea Nației (r) 8.15 Flash monden 9.00 Exclusiv VIP (r) 11.00 Teleshopping live 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" (r) 14.00 Focus 15.30 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.30 Serial: „Iubiri secrete" 20.00 Serial: „Pup-o, mă!" 21.00 Serial: „New Amsterdam" 22.00 Starea Nației 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Bel Canto" (r) 4.00 Focus 5.30 Serial (r) 6.00 Serial: „Iubiri secrete" (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste și alte complicații" (r) 8.00 Serial: „Iubiri fără hotar" (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Mai mult decât o familie" 15.00 Serial: „Dragoste și alte complicații" 17.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de țigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleșcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viața (r) 9.00 Cirque du Soleil: Alegria 10.00 Documentar 360° (r) 11.00 Globalizarea: riscuri și beneficii 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 13.00 Maghiara de pe doi 13.30 Povestea vinde (r) 14.30 Documentar 360° 15.30 Teleșcoala 16.30 România... în bucate 17.00 În direct cu viața 18.00 Ora de știri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Film: „Misterele adevăratului Sherlock Holmes: scaunul fotografului" (Regatul Unit, 2001). Cu: Claire Harman 22.00 Istorii de bun gust 23.00 Serial (r) 0.00 Luminița de la miezul nopții 1.00-5.25 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 La Măruță (r) 8.15 Film (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film (r) 14.30 Film: „Dragoste ca la carte" (SUA, 2015) 16.30 Film: „Mama și tata din nou la școală" (SUA, 2014) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Arma secretă" (SUA, 2002). Cu: John Boyega, Tian Jing 22.30 Film: „Între focuri" (SUA, 2006). Cu: Paul Walker, Vera Farmiga 1.00-4.45 Reluări.

VINERI – 4 noiembrie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 Exclusiv în România (r) 11.00 Câștigă România! (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Omul și timpul (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Opre Roma 15.55 EURO polis 17.00 Atelier de sănătate 18.00 Gări de poveste 18.55 Țară, țară, cine ești? 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Minele Regelui Solomon" (coprod., 2003, partea I). Cu: Patrick Swayze, Alison Doody 23.00 Mondial în familie 0.00 Replay 1.00-5.10 Reluări.

PRO TV
6.00 Știrile PRO-TV 10.30 Vorbește lumea 13.00 Știrile PRO-TV 14.00 Lecții de viață 15.00 La Măruță 17.00 Știrile PRO-TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Știrile PRO-TV 20.30 Vocea României 23.00 Film: „Să fie război!" (SUA, 2012). Cu: Reese Witherspoon, Chris Pine 1.30 Serial: „Las Fierbinți" (r) 3.15 Apropo Tv (r) 4.00 Vorbește lumea (r).

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Mireasa 18.00 Prețul cel bun 19.00 Observator 20.30 Stand Up Revolutions 2.30 Băieți de oraș 3.00 Observator (r) 4.00 Mireasa (r) 5.00 Prețul cel bun (r).

PRIMA TV
7.00 Starea Nației (r) 8.15 Flash monden 9.00 Exclusiv VIP (r) 11.00 Teleshopping 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" (r) 14.00 Focus 15.30 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.15 Serial: „Secretele președintelui" 20.00 Film: „Păcală" (România, 1974). Cu: Sebastian Papaiani 22.30 New Amsterdam 23.30 Film: „Un tată de familie" (SUA, 2016). Cu: Gerard Butler 2.30-6.00 Reluări.

acasă
6.00 Serial: „Dragoste și alte complicații" (r) 8.00 Serial: „Povestea de pe insulă" (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Mai mult decât o familie" 15.00 Serial: „Dragoste și alte complicații" 17.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de țigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleșcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viața (r) 9.00 Cirque du Soleil: Alegria 10.00 Documentar 360° (r) 11.00 Revoluția tehnologică 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 13.00 Maghiara de pe doi 13.30 Istorii de bun gust (r) 14.30 Documentar 360° 15.30 Teleșcoala 16.30 România... în bucate 17.00 Educație la înălțime (r) 18.00 Ora de știri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Gala umorului 22.00-5.30 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 Serial: „La Bloc" (r) 6.30 La Măruță (r) 8.30 Film (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film (r) 14.30 Film: „În căutarea noroculuI" (SUA, 2006) 16.30 Film: „Dragoste pe note" (SUA, 2013) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Pacific Rim 2: Revolta" (SUA, 2018). Cu: John Boyega, Tian Jing 22.45 Film: „Violet și Daisy" (SUA, 2011). Cu: Alexis Bledel, Saoirse Ronan 0.30-3.45 Reluări.

SÂMBĂTĂ – 5 noiembrie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 10.00 Vizita de lucru (r) 10.30 Aventura urbană (r) 11.30 Cronicile spațiului 12.00 Emisiune IT 12.30 Eu pot! 13.30 Guști! Și apoi mănânci cu chef Alex Petricean (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Țară, țară, cine ești? (r) 15.20 Ora Regelui 16.15 Izolați în România (r) 16.45 O dată-n viață (r) 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 Film: Osânda" (România, 1977) 23.15 Profesioniștii 0.15 World Cup Magazin 0.50-3.55 Reluări.

PRO TV
6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO-TV 10.00 I like IT 10.30 Superspeed la ProTv 11.00 Film: „Povestea lui Blue" (SUA, 2016) 13.00 Ce spun românii (r) 14.00 Film: „Sunt spion" (SUA, 2002). Cu: Eddie Murphy, Owen Wilson (SUA, 2015) 16.00 Vocea României (r) 19.00 Știrile PRO-TV 20.00 Film: „Infernul din zgârienori" (SUA, 2018) 0.00 Film: „Călători" (SUA, 2021) 2.00-4.15 Reluări.

Observator
6.00 Observator 9.00 Serial: „Adela" (r) 12.00 Medicool 13.00 Observator 13.30 Film: „Amnezie cu surprize" (SUA, 1987 Cu: Goldie Hawn, Kurt Russell 15.45 Chefi la cuțite (r) 19.00 Observator 20.00 Te cunosc de undeva 0.00 Chefi la cuțite (r) 3.00 iRoast (r) 4.00 Stand Up Revolutions (r).

PRIMA TV
7.00 Serial (r) 8.00 Film: „Scrisori către Moș Crăciun" (SUA, 2010) 10.00 Veterinari în acțiune 11.00 Sănătate cu stil 11.30 Flash monden 12.00 Insider politic 14.00 Starea Nației (r) 15.00 Serial: „Pup-o, mă!" (r) 16.00 Film: „Totul se plătește" (România, 1986). Cu: Marga Barbu 18.00 Focus 19.15 Serial: „Secretele președintelui" 20.00 Flash monden 21.30 Fotbal: U Craiova – U Cluj 23.30 Film: „Glasul sângelui" (SUA, 2015). Cu: Jean-Claude Van Damme 2.00-6.00 Reluări.

acasă
6.00 Gospodar fără pereche (r) 8.00 Film: „O inimă regală" (r) 10.00 Gospodar fără pereche 12.00 Serial: „Betty în New York" 15.00 Serial: „Mai mult decât o familie" (r) 20.00 Lecții de viață 21.00 Film: „Dulce ca tine" (SUA, 2022). Cu: Rhiannon Fish 23.00 Serial: „Vlad" 0.00 Serial: „Betty în New York" (r) 3.00 Film: „Dulce ca tine" (r) 5.00 Serial: „Vlad" (r).

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Opera comică pentru copii 9.00 Generația Fit 9.30 Fără prejudecăți 10.00 Mic dejun cu un campion 11.00 D'ale lu' Mitică (r) 12.00 Cum vă merge? 12.30 Cap compas 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Rivalii 17.00 Levintza prezintă 17.30 Doc.: „Case și idei" 18.00 Ora de știri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Film: „Cântec de iubire" (SUA, 2004). Cu: John Travolta, Scarlett Johansson, Gabriel Macht 22.30 Serial: „Legături de sânge" 0.25-5.56 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Serial: „La Bloc" 6.45 La Măruță (r) 8.45 Film (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film: „Hallmark: Playing Father" (r) 14.30 Film: „A fost odată..." (SUA, 2020). Cu: Angelina Jolie, David Oyelowo 16.30 Film: „Toată dragostea" (SUA, 2021). Cu: Amy Ambrosio 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Fantoma mea iubită" (SUA, 1990). Cu: Patrick Swayze 23.00 Film: „Dom Hemingway" (SUA, 2013) 1.00-4.30 Reluări.

DUMINICĂ – 6 noiembrie

TVR 1
7.00 Universul credinței 8.00 Bucuria credinței 8.30 Cronicile spațiului (r) 9.00 Guști! și apoi mănânci (r) 9.30 M.A.I. aproape de tine 10.00 Pro Patria 10.30 Viața satului 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Documentar 15.30 Exclusiv în România 16.30 Gări de poveste (r) 17.30 Istorii ascunse 18.00 Dosar Romania 18.55 Garantat 100% 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viață 23.01 Drumul spre Qatar 0.00-5.30 Reluări.

PRO TV
6.00 Lecții de viață (r) 7.00 Știrile PRO-TV 10.00 Doctor de bine 10.30 Umami: al 5-lea gust 11.00 Film: „I Spy" (r) 13.00 Apropo 14.00 Film: „Sub soarele nopții" (SUA, 2018) 16.00 Visuri la cheie (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Știrile PRO-TV 20.00 Film: „Liga Dreptății" (SUA, 2017) 22.45 Film: „Trezit la realitate" (SUA, 2021) 0.15-5.00 Reluări.

Observator
7.00 Observator 9.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 14.00 Cooking Show: Hello Chef 15.00 Te cunosc de undeva (r) 19.00 Observator 20.00 iUmor 0.00 iMai mult Umor cu Vlad Drăgulin 0.12 Stand Up Revolutions (r) 2.30 Observator (r) 3.15 Medicool 4.00 Film: „Misterul ceasului din perete" (r).

PRIMA TV
7.00 Serial: „Secretele președintelui" 8.00 Insider politic 10.00 Serial: „Oportuniștii" 11.00 Flash monden (r) 12.00 Film (r) 14.00 Poezie și delicatețuri (r) 16.00 Cronica cârcotașilor (r) 18.00 Focus 19.15 Serial: „Secretele președintelui" 20.00 Schimb de mame 22.00 Serial (r) 23.00 Starea Nației (r) 0.00 Poezie și delicatețuri 2.00 Schimb de mame (r) 4.00 Oportuniștii (r) 5.00 Cronica cârcotașilor (r).

acasă
6.00 Gospodar fără pereche (r) 8.00 Film: „Dragostea nu intră în vacanță" (r) 10.00 Gospodar fără pereche 12.00 Serial: „Betty în New York" 15.00 Serial: „Mai mult decât o familiei" (r) 20.00 Lecții de viață 21.00 Film: „Cutia cu iubire" (SUA, 2022). Cu: Carolina Bartczak 23.00 Serial: „Vlad" 0.00 Serial: „Betty în New York" (r) 3.00 Film: „Cutia cu iubire" (r) 5.00 Serial: „Vlad" (r).

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Natură și aventură (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Să fim sănătoși! 12.30 Levintza prezintă (r) 13.00 Film: „Răscoala" (România, 1965) 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Ora de știri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Film: „Baltagul" (România, 1969) 22.10 Film: „Drumul" (SUA, 2009). Cu: Viggo Mortensen, Charlize Theron 0.25-5.25 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Ce spun românii (r) 8.15 Film (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film (r) 14.15 Film: „Aventurile K-9: Legenda aurului pierdut" (SUA, 2014). Cu: Luke Perry, Brooke Langton 16.15 Film: „Romantici pentru o zi" (SUA, 2020) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Un șocru de coșmar" (SUA, 2000) 22.45 Film: „Trainspotting 2" (SUA, 2017). Cu: Ewan McGregor, Ewen Bremner 1.15-4.30 Reluări.

FORMULE

Integramă de **M. ALBU**

TRATĂRI CU ALIFIE / NESUPUNERE		OM CU CARTE / SUFERINȚE FIZICE		ARMA ALBINEI / APROAPE DEȘERTIC	A C	POPAS AUTO / CAP DE IGUANA!		MAXIMĂ POPULARĂ / LIMBA ROMANILOR		ÎL CHINUIE O IDEE / CĂDERE ÎN RUINĂ	
FIRE LA UNDIȚE / A SE ÎNVECHI					OM PLIN DE EL / MICA PUBLICITATE						
						PANTALON RUSTIC / STUDIAZĂ CUVINTELE					
ATITUDINI REZERVATE / RĂSUCIT LA TORS									UNGARI LA HOTĂRE / VASE DE MAMALIGĂ		
F	U	S	ORIGINAL / FAPTE DE VITEJIE								
I	SEZOANE RECI / A ASPIRA SPRE CEVA	I	E	R	N	I	METAL DE BIJUTERIE / M-AM PRINS!	A	U	R	INVITAȚII LA TEATRU
R		A IMPUNE CADENȚA / MONEDĂ IN IRAN						DREAPTA BOILOR / CENTRU DE PÂINE			
SETE! / REGE BIBLIC / NU TOȚI					MĂSURI DE REZISTENȚĂ / SCOASĂ DIN PUT					CERB DIN TUNDRĂ	
				GRUPURI DE NUNTAȘI / ANTE-MERIDIAN							
DE LA ÎNCEPUT / REVISTE TV							REA CREDINȚĂ				

Verificați-vă cunoștințele!

Grădini

1. Cum se numește, în tradiția creștină, grădina, loc de retragere postumă unde cei fără de păcat așteaptă Ziua Învierii și Judecata de Apoi?
2. Care era, în mitologia greacă grădina din care eroul Herakles trebuia să recupereze „merele de aur”?
3. Cum se numea în India vedică, grădina celestă a zeului Indra?
4. Ce poet român (1884-1963) a scris poezia „În grădina Ghetsemani”?
5. Ce pictor francez (1840-1926) a pictat tabloul „Femei în grădină”?
6. Ce compozitor italian (1792-1868) a compus muzica operei „Semiramida”, evocând-o pe celebra regină care a realizat „grădinile suspendate” considerate una dintre „Cele Șapte Minuni ale Lumii Antice”?
7. Cine a realizat, în 1970, filmul „Grădinile familiei Finzi-Contini”?

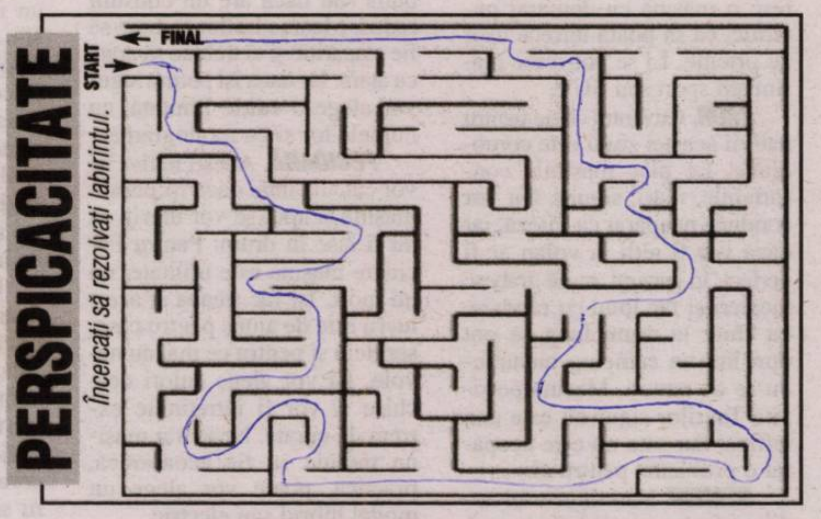
Răspunsurile la întrebările din numărul trecut

1) Spre deosebire de încălțămintea celorlalți zei, sandalele lui Mercur erau înaripate, ca și pălăria sa. 2) Conform legendelor creștine, la moartea sa, Sfântul Ilie Tesviteanul lasă moștenire sandalele și mantaua, ucenicului său, Elisei. 3) „Ciuboțica cucului” este o plantă cu flori erbacee perenă din familia primulaceae. 4) Tabloul „Fetiță” poartă semnătura lui Theodor Aman. 5) Muzica operei „Pantofiorii țarinei” aparține compozitorului Piotr Ilici Ceaikovski. 6) Romanul „Papucii lui Mahmud” va fost scris de Gala Galaction (1879-1961). 7) Filmul „Marele blond cu un pantof negru” a fost realizat în regia lui Yves Robert.

Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Fulgerul” am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Mioara Popa,* Iași; *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Brașov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Luminița Gogioiu* și *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galați; *Ing. Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* și *Prof. Mihai Piscureanu,* București.

✉ Așteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*



Umor

O soție geloasă către soț:
– Cum vezi o „bunăciune”, imediat uiți că ești însurat.
– Dimpotrivă, atunci îmi amintesc!

La ușa unei familii sună un neamț.
– Nu vă supărați, mă puteți găzdui și pe mine la noapte? Plătesc bine.
Bărbatul acceptă și îl culcă pe neamț în singurul pat pe care îl avea, între el și soția lui.
A doua zi, neamțul plătește și pleacă.
– Mi se pare mie, sau neamțul s-a dat la tine azi-noapte?
– Așa e!
– Și tu n-ai zis nimic?
– Păi ce, eu știu nemțește?

– Aveți tratament contra lenei?
– Avem.

– Vă rog, puneți-mi o pastilă pe limbă!

Un inginer agronom, oltean școlit la București și în străinătate, se destăinuie reporterului de la TV cu mult năduf în glas:
– Anul trecut semănarăm varză pă 5 hectare; dar o mâncară omizile. Anul ăsta semănarăm 10 hectare și iar o mâncară omizile!
– Și ce măsuri veți lua? întreabă reporterul TV.
– Anul viitor o să punem varză pe 20 de hectare. Să se sature, fi'rar ele ale dracului!

SUDOKU

jocul săptămânii 43

	7		6				9	
8	4					6		
	3			5	4			1
					2			6
2				3				9
7			4					
5			1	4			2	
		8					5	4
	2				3		6	

Soluția în numărul viitor

Soluția «SUDOKU» – jocului săptămânii 42

1	8	3	5	6	7	4	9	2
2	7	4	3	8	9	6	5	1
6	5	9	2	4	1	3	8	7
4	1	2	9	7	8	5	3	6
3	9	5	6	1	2	8	7	4
8	6	7	4	5	3	2	1	9
7	2	6	8	9	5	1	4	3
5	4	1	7	3	6	9	2	8
9	3	8	1	2	4	7	6	5

Soluția integramei „CADRE”

Orizontal: N - O - A - E - A - S - NEASTAMPARAT - SPOR - GOTIC - PULSAR - CADRU - REITERAT - IT - TIC - ACELEASI - A - ASTIA - AHO - CM - CIFRA - TRI - ALAI - ARSI - N - STAT - SNITELE - URILJ - URIC - PREINTAMPINA.

Grădina de lângă casă

Orhideea

● Familia orhideelor cuprinde nu mai puțin de 900 de genuri și 250.000 de specii, astfel fiind cea mai mare familie de plante din lume. Cea mai populară specie de la noi din țară este Papucul Doamnei *(Cypripeidum celceolus).*

● Orhideele sunt ideale pentru creșterea în apartament, însă sunt sensibile la condițiile de temperatură și umiditate.

● Lumina este cel mai important factor care determină înflorirea și creșterea. Dacă nu beneficiază de condiții optime, orhideele vor crește dar nu vor înflori niciodată. Cel mai bun loc pentru așezarea ghivecelor este pe pervaz, la ferestre cu orientare spre sud sau vest. Niciodată nu se amplasează însă sub lumina directă a razelor de Soare. După lumină, importantă este și ștergerea periodică de praf a frunzelor.

● Fertilizantii se aplică o dată pe săptămână când planta este în creștere, iar după maturizare se poate reduce cantitatea și frecvența utilizării îngrășămintelor. Iarna, când planta este în repaos, procesul poate înceta. Se pot folosi geluri, îngrășăminte lichide sau batoane fertilizante. Nu se administrează niciodată îngrășăminte imediat ce a fost schimbat pământul.

● Udarea se va face la un interval de 7-9 zile, altfel rădăcinile vor putrezi. Se poate folosi apă de ploaie sau apă potabilă ținută la temperatura camerei într-un vas neacoperit.

● Transplantarea orhideelor se face o dată la 1-2 ani, în ghivece mai mari. Momentul ideal este din februarie până în august. În acel moment este bine ca planta să nu aibă flori.

Pagină realizată de **IONEL COJOCARU**

Zodia, stilul de condus și mașina preferată

De câteva decenii bune mașina face parte din viața noastră. Astrologii susțin că prin modul în care o persoană se comportă pe drum, se pot trage anumite concluzii despre caracterul său și despre felul în care se comportă în viața de zi cu zi.

Felul în care se comportă cineva în timpul conducerii reflectă comportamentul în alte momente ale vieții noastre. Vă lăsăm să descoperiți în rândurile următoare stilul nativilor de a conduce și ce mașină preferă în funcție de zodia din care face parte.

BERBEC: Stilul de condus al acestor nativi este unul impulsiv, fiind șoferi competitivi. Câteodată ar fi bine să își tempereze pornirile agresive, aproape deranjându-i că mai circulă și alții pe șosea. Își doresc o mașină cu demaraj puternic, ca să poată întrece ușor pe oricine. Li se potrivesc mașini stil sport sau SUV.

TAUR. Cuvântul cheie pentru nativii acestei zodii este comoditate. Le plac mașinile confortabile, mari, sigure. Nu vor conduce neapărat cu viteză, iar dacă vor fi alții la volan ar fi perfect. În general, nu se grăbesc nicăieri și fac totul cu răbdare, ba chiar la drum lung se pot opri într-un camping bucurându-se de natură. Mașina potrivită Taurilor sigur nu este una ieftină, dar asta nu este neapărat o problemă pentru ei.

GEMENI. Nativii acestei zodii preferă o mașină cu care să se miște repede, nu neapărat mare, dar mai degrabă iute și care să fie ușor de întreținut. Gemenilor le place drumul, nu mașina. Le place să meargă însoțiți ca să aibă cu cine vorbi tot drumul, indiferent cât este de scurt. Mașina potrivită lor va fi pe tipicul persoanelor care nu au răbdare.

RAC. Pentru protectorii nativi Rac mașina înseamnă confort si mai ales siguranță. Mașina ar putea avea o anume poveste, o istorie și să fie cea mai sigură. Le-ar plăcea să provină de la o afacere de familie, cu tradiție. Și neapărat trebuie să aibă un portbagaj generos, în care să încapă tot felul de lucruri.

LEU. Și la acest capitol nativii Leu nu se dezic, adică le plac automobilele cum rar veți vedea, frumoase, spectaculoase și care să atragă privirile. Nu contează neapărat dacă este

bună sau dacă are un consum redus. Mașina Leilor trebuie să fie o apariție și ei trebuie să arate ca atare. Iar dacă își permit sigur vor alege o ediție limitată, cu numele lor și cu monogramă.

FECIOARĂ. Acești nativi își vor calcula întâi dacă își permit mașina și apoi se vor îngriji să nu îi lase în drum. Pentru Fecioare mașina este utilitate, nu un moft. Își fac treaba și acest lucru este de ajuns pentru casă, serviciu și pentru ce mai au nevoie. Își vor alege culori deschise și vor fi întreținute extrem de curate. Neapărat mașina trebuie să fie economică, practică, poate vor alege un model hibrid sau electric.

BALANȚĂ. Pentru echilibrații nativi ai acestei zodii mașina este o etichetă, ceva care îi reprezintă, care le arată statutul. Dacă are o simplă zgârietură, atunci e o problemă de imagine gravă. Mașina trebuie să fie confortabilă, să dea căldură suficientă, să fie spațioasă și cu accesorii. Nu se grăbesc când conduc, sunt genul de șoferi respectuoși în trafic. Neapărat mașina trebuie să aibă o culoare specială și o tapiserie aparte.

SCORPION. Nativii acestei zodii își vor negocia mașina pentru un preț bun. Își vor alege un model ușor de întreținut și care să reziste. Pentru Scorpioni mașina trebuie să fie o afacere bună, care neapărat a fost aprig negociată. Iată câteva condiții: să fie solidă, rezistentă, să aibă un sistem antifurt excelent, să fie de culoare neagră sau roșie și potrivită să iasă la orice ocazie.

SĂGETĂTOR. Mașina potrivită nativilor acestei zodii este una sport, din străinătate, să aibă demaraj puternic și dacă se poate să fie excentrică. Chiar dacă este scumpă și nu dispun de banii necesari, fac Săgetătorii cumva și și-o cumpără. Sunt șoferi buni, prevăzători, care conduc fără probleme pe distanțe lungi, iar mașina lor va fi mereu pregătită pentru drum.

CAPRICORN. Acești nativi sunt mereu atenți când fac investiții de așa natură. Mașina potrivită lor va trebui să aibă un raport bun calitate-preț, să și-o permită și să fie una demnă de o persoană respectabilă. Capricornii sunt șoferi prudenți, calculați, mai ales că țin să facă și economie și să evite orice cheltuială inutilă. Mașina potrivită lor va fi una încăpătoare, rezistentă și neapărat ușor de întreținut.

VĂRSĂTOR. Nativii acestei zodii sunt șoferi buni, dar capricioși. Pentru Vărsători mașina trebuie să fie de ultimă generație, să aibă motor puternic și o tehnologie pe măsură. Poate să fie un model electric, oricum, ceva alternativ, ciudat. Vărsătorii sunt conducători de mașini inedite. Dacă pot, își cumpără mașina după ce chef au, dar să nu fie una cum au toți.

PEȘTI. Sensibilii nativi ai acestei zodii simt mașina, se identifică în ea. Sunt șoferi foarte buni, care au o grijă exagerată de mașina lor și care se adaptează oricărui model pe care îl conduc. Pot alege să cumpere o mașină de lux, dar și una veche în funcție de bugetul disponibil. Undeva, într-un loc știut doar de ei, își vor pune o cruciuliță, așa, pentru sufletul lor.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Putem evita gândurile negre? ■ Smoky – terapeutul canin ■ Drone sau OZN-uri? ■ Femeile din Mesopotamia antică – între mariaje aranjate și „prostituție sacră" ■ Boala inflamatorie intestinală ■ Când consumăm fructe? ■ Premianți la filme, repetenți la istorie

HOROSCOP

31 octombrie – 6 noiembrie 2022

BERBEC 21.03-20.04

Energia din această săptămână este uimitoare și o puteți folosi în avantajul dumneavoastră. Veți avea suficientă răbdare să lucrați cu alții, iar dacă lucrurile sunt dificile vi se pare o provocare.

TAUR 21.04-21.05

Cei care sunt implicați în sport, lucrează cu copiii, în lumea divertismentului, în industria ospitalității sau orice alt proiect creativ vor fi încurajați să pună în aplicare noi modalități de a face lucrurile. Se pare că veți influența pe cineva. Succes!

GEMENI 22.05-21.06

Sunteți dornici să vă redecorați și să vă înfrumusețați casa. Poate veți îmbunătăți baia, ocupându-vă îndeosebi de instalații sanitare. Motivarea și perseverența vor duce lucrurile la bun sfârșit.

RAC 22.06-21.07

Săptămâna aceasta veți fi convingători atunci când vine vorba de a-i face pe alții să vă urmeze planurile viitoare sau sugestiile pentru a îmbunătăți modul în care faceți ceva. Ar putea avea legătură cu o afacere sau o negociere cu cineva. Fiți prudenți.

LEU 22.07-22.08

Vă concentrați pe fluxul numerar și pe finanțe în aceste zile, motiv pentru care ați putea găsi câteva modalități de a reutiliza ceva ce dețineți. Vreți să fiți cât mai eficienți pentru a economisi bani. Din fericire, chiar îi veți atrage.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Aveți idei și vreți să duceți la bun sfârșit lucrurile. Acesta este și motivul pentru care veți fi convingători când vorbiți cu ceilalți. De fapt, s-ar putea să fiți percepuți ca fiind obsedați de ceva.

BALANȚĂ 23.09-22.10

Săptămâna aceasta aveți capacitatea de a descoperi informațiile de care aveți nevoie. Sunteți încântați să faceți planuri de călătorie sau să călătoriți undeva. Acest fapt se va interpreta ca un efort dedicat de a face ceva pentru a vă extinde lumea.

SCORPION 23.10-21.11

În ciuda dorinței de a evada din aglomerația din jurul dumneavoastră, aveți impulsul de a ieși și de a vorbi cu oamenii, în special cu cei mai tineri. Doriți să împărtășiți ideile cu prietenii apropiați despre ceva în care credeți.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Relațiile cu partenerii și cu prietenii apropiați pot deveni provocatoare. S-ar putea să fiți în contradicție cu ceva, dar fiecare dintre dumneavoastră este înrădăcinat cu propriile puncte de vedere. Aveți păreri despre ceva și vreți ca alții să știe ce simțiți.

CAPRICORN 22.12-19.01

Veți realiza multe în această săptămână pentru că munciți din greu ca să duceți la bun sfârșit ceva care contează. Indiferent cât de copleșiți vă simțiți, veți urmări cu îndârjire obiectivele până când veți fi mulțumiți.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Aveți opinii puternice despre cum puteți îmbunătăți ceva, cum să planificați cheltuielile sau despre o moștenire. Nu sunteți deloc timizi în a vă exprima punctul de vedere. Vă implicați în anumite evenimente pentru a vă perfecționa tehnica. Succes!

PEȘTI 19.02-20.03

Munciți din greu – incredibil de mult – pentru a restabili ordinea în casa dumneavoastră și, eventual, în familie. Rămâneți așa deoarece energia canalizată într-o singură direcție aduce întotdeauna rezultate excelente.

Nativul săptămânii: **JAMES NAISMITH** (06.11.1861 – 28.11.1939)

A fost un educator fizic, medic, capelan creștin și antrenor canadian. Acest nativ al zodiei Scorpion este cunoscut ca inventator al jocului de baschet, primul care a introdus casca de protecție în fotbalul american și primul antrenor care a format și a condus o echipă de baschet formată din 5 jucători.

TELEFONUL CITITORILUI
Pentru a afla direct de la cititorii noștri opiniile legate de conținutul revistei, apelați numărul de telefon: 0213178965

Preț abonament

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	13,00 LEI
❑ 2 LUNI	26,00 LEI
❑ 3 LUNI	39,00 LEI
❑ 4 LUNI	52,00 LEI
❑ 5 LUNI	65,00 LEI
❑ 6 LUNI	78,00 LEI

Abonamente 2022

Abonați-vă la revista Magazin direct la redacție!

Abonamente 2022

Modalitățile de abonare sunt următoarele:

1. Achitarea printr-un mandat poștal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piața Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, București, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.
2. Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
   – RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
   – RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Prețurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poștală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificați data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poștal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poștei Române (cel târziu în ziua de marți a săptămânii următoare celei de apariție).

Pentru informații suplimentare vă rugăm să sunați la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 45 euro sau 50 $,
– 6 luni: 90 euro sau 100 $,
sume virate în conturile societății, enumerate alăturat.

MANDAT POȘTAL

DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION - la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc ... Scara ... Etaj 1 Ap. ...
Cod 013701 Localitatea București
Jud./Sect. 1 Tel. ...
C.N.P. ...
Expeditor ...
Localitatea ...
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. ...

TELEFON RECLAMAȚII ABONAMENTE 0722625622

SERIE NOUĂ - 1624 • ANUL LXV • 3 NOIEMBRIE 2022 • 16 PAGINI • 3,5 LEI Nr. 44 (3374)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com • redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Spectacolul cunoaşterii

PRIMELE STELE din Univers

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă

Ce tip de personalitate sunteţi: Yin sau Yang?

Dosarele frumuseţii

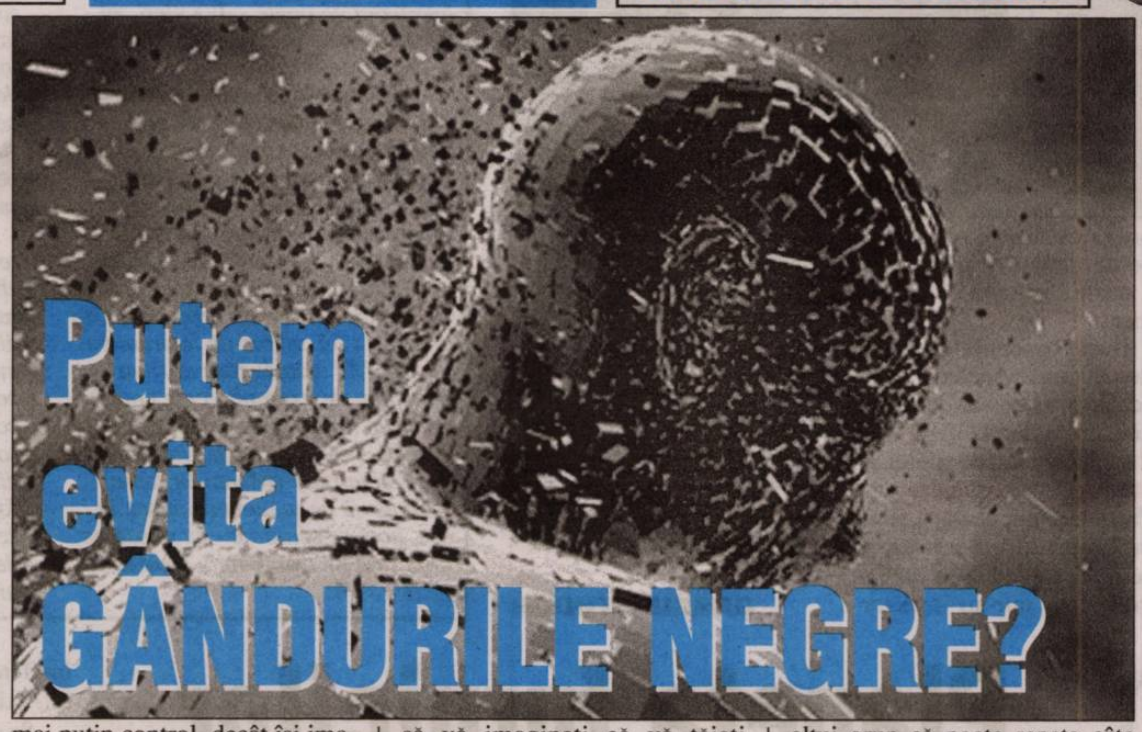
Mici trucuri

Minunile lumii

Arhipelagul cu **INSULA DE MIERE**

Viaţa este un joc de şah, la sfârşitul căreia regii şi pionii intră în aceeaşi cutie.

Miguel de Cervantes



Putem evita GÂNDURILE NEGRE?

GÂNDURILE POZITIVE SUNT PREZENTE ÎN MINTEA NOASTRĂ pe parcursul unei zile, fie că ne gândim la cei dragi, la rezolvarea unei sarcini casnice, la întâlnirile cu prietenii sau în activităţile creative. Gândim pozitiv în majoritatea timpului unei zile, dar deseori avem şi un tumult de „gânduri negre", nedorite, sâcâitoare, fie că e vorba despre despărţirea de un prieteni, soţie sau soţ, fie de o înşelătorie, o trădare sentimentală mai mică sau mai mare, stricarea maşinii sau boala cuiva. Ele ne sâcâie existenţa „pozitivă", ne distrage de la activitatea zilnică, ne produc convulsii.

Să luăm cazul despărţirii de o persoană iubită. Suferi, dar eşti sfătuit de prieteni sau apropiaţi să „uiţi totul", „să nu te mai gândeşti la asta", „să gândeşti pozitiv", „nu se termină lumea" etc.

Funcţionează? Poate că da, dar până când treci cu maşina pe lângă casa persoanei sau te întâlneşti cu un prieten comun, sau auzi o anumită melodie de dragoste la radio. Şi atunci, toate gândurile negative, nedorite, îţi revin în minte.

Ar fi posibil ceea ce scriitorii îşi imaginează şi anume să ne scoatem din minte, din creier, aceste gânduri negre, nedorite, la fel ca personajele din filmul *Eternal Sunshine of the Spotless Mind* din 2004, interpretate de Jim Carrey şi Kate Winslet, care îşi şterg bucăţi întregi din memorie?

Răspunsul foarte scurt este „se poate". Răspunsul lung este ceva mai complicat, pe termen lung. Să ne aducem aminte de gândurile obsesive ale personajului Florentino Ariza, din romanul lui Gabriel Garcia Marquez, *Dragostea în vremea holerei* (*El amor en los tiempos del cólera, 1985*), care după despărţirea de iubita lui, Fermina Daza, nu şi le-a putut reprima timp de 52 de ani, nici măcar o zi. Mintea umană e o maşinărie complicată.

„Gândurile sunt mult mai puţin concentrate şi sub mult mai puţin control, decât îşi imaginează majoritatea oamenilor" spunea Joshua Magee, psiholog clinician şi fondator al Wellness Path Therapy, care a efectuat cercetări asupra gândurilor, imaginilor şi îndemnurilor nedorite în tulburările mintale.

Într-un studiu celebru din 1996 publicat în revista *Cognitive Interference: Theories, methods, and findings*, Eric Klinger, profesor emerit de psihologie la Universitatea din Minnesota, se arată că participanţii la experiment au trebuit să ţină evidenţa tuturor gândurilor existente pe parcursul unei zile.

În medie, subiecţii au raportat „peste 4.000 de gânduri individuale. Şi aceste gânduri au fost trecătoare, nu durau mai mult de cinci secunde fiecare, în medie", după cum scrie *Live Science*.

„Gândurile curg în mod constant, iar mulţi dintre noi nu observăm acest lucru", a observat Magee.

În studiul din 1996, o treime din aceste gânduri păreau să apară total din senin. Este normal să-ţi treacă prin minte gânduri pe care le simţi deranjante, neplăcute", a adăugat Magee.

Într-un alt studiu realizat de Klinger, în 1987, cercetătorul împreună cu colegii săi, subliniază faptul că „oamenii percep 22 la sută din gândurile lor ca fiind ciudate, inacceptabile sau greşite, de exemplu, s-ar putea să vă imaginaţi că vă tăiaţi degetul în timp ce gătiţi sau scăpaţi copilul din braţe în timp ce îl duci în pătuţul lui. În unele situaţii are sens să suprimi aceste gânduri nedorite. La un examen sau la un interviu de angajare, de exemplu, nu vrei să te simţi distras de gândul că vei eşua. Într-un zbor, probabil că nu vrei să te gândeşti la prăbuşirea avionului. Şi există dovezi că este posibil să potoleşti aceste gânduri", spunea Magee.

> **„DE DOUĂ DECENII ESTE LA MODĂ SFATUL, REPETAT MAI ÎN TOATE OCAZIILE, DE A „GÂNDI POZITIV", CARE E DE PREFERAT „VIZIUNII PESIMISTE". DAR PUTEM SĂ FACEM ASTA MEREU? PUTEM EVITA GÂNDURILE NEDORITE, „NEGATIVE"? SPECIALIŞTII SPUN „SE POATE", DAR CĂ N-AR FI O IDEE PREA BUNĂ.**

Într-un studiu recent, din acest an, publicat în revista *PLOS Computational Biology*, o echipă de cercetători israelieni a arătat unui număr de 80 de voluntari plătiţi o serie de diapozitive care afişau diferite substantive. Fiecare substantiv a fost repetat pe cinci diapozitive diferite.

În timp ce vizualizau diapozitivele, participanţii au notat un cuvânt pe care l-au asociat cu fiecare substantiv, de exemplu, „drum" ca răspuns la cuvântul „maşină" etc.

Cercetătorii au spus unui grup că nu vor fi plătiţi pentru cuvintele pe care le repetă, iar altui grup că poate repeta câte substantive dorea.

Cu această metodă, cercetătorii au căutat să imite ceea ce se întâmplă atunci când cineva aude acel cântec de dragoste la radio şi vrea cu disperare să se gândească la altceva decât la fosta persoană iubită de care s-a despărţit.

Rezultatele studiului au arătat că, „atunci când participanţii au văzut fiecare substantiv pentru a doua oară, le-a luat mai mult decât grupului de control să vină cu o nouă asociere, de pildă „anvelopă" în loc de „drum", ceea ce sugerează că primul lor răspuns le-a apărut în minte înainte de a-l înlocui. Cu toate acestea, participanţii au răspuns mai rapid de fiecare dată când au vizualizat acelaşi diapozitiv, ceea ce arată faptul că asocierea dintre cuvântul indicat şi primul lor răspuns, şi anume gândul pe care încercau să-l evite, slăbea.

„Nu am găsit dovezi că oamenii pot evita în totalitate gândurile nedorite", a declarat pentru *Live Science* autorul principal al studiului Isaac Fradkin, care a făcut cercetările în calitate de psiholog la Universitatea Ebraică din Ierusalim.

Dar rezultatele sugerează că „exerciţiul poate ajuta oamenii să devină mai buni la evitarea unui anumit gând", a adăugat Fradkin, care este acum bursier la *Max Planck University College London Centre for Computational Psychiatry and Aging Research*.

Nu toată lumea este de acord că o prezentare de diapozitive cu cuvinte aleatorii este o modalitate bună de a arăta cum oamenii suprimă gândurile încărcate de emoţii negative, după cum relata publicaţia *Medical News Today*.

Alte cercetări sugerează că evitarea gândurilor nedorite, negative, se poate întoarce împotriva noastră.

„Când suprimăm un gând nedorit, trimitem creierului nostru un mesaj", a spus Magee. Acest efort etichetează gândul ca fiind ceva neplăcut, de temut. „Ca urmare, facem ca aceste gânduri să devină mai puternice încercând să le controlăm".

Şi asta pentru că, în realitate, nu poţi controla creierul, lucrurile stau exact invers, orice ai face, creierul este cel care te controlează pe tine. Şi asta din clipa în care te naşti.

O analiză din 2020 din revista *Perspectives on Psychological Science* făcută asupra a 31 de studii diferite despre suprimarea gândurilor nedorite, negre, negative, a constatat „că suprimarea gândurilor funcţionează, dar doar pe termen scurt. În timp ce participanţii păreau că au reuşit suprimarea gândurilor nedorite, acestea le-au apărut mai des în minte după ce operaţiunea de suprimare s-a încheiat".

În cele din urmă, „ar putea fi mai logic să abordăm cu atenţie aceste gânduri nedorite şi să aşteptăm pur şi simplu ca ele să treacă în loc să le eviţi, aşa cum se întâmplă cu miile de alte gânduri care îţi trec prin cap în fiecare zi".

„Putem permite ca aceste gânduri nedorite să existe în mintea noastră, dar să nu le băgăm prea des în seamă şi mai ales să nu ne luptăm cu ele, încercând să le evităm", a fost concluzia specialistului.

GEORGE CUŞNARENCU

44

5 948427 000188

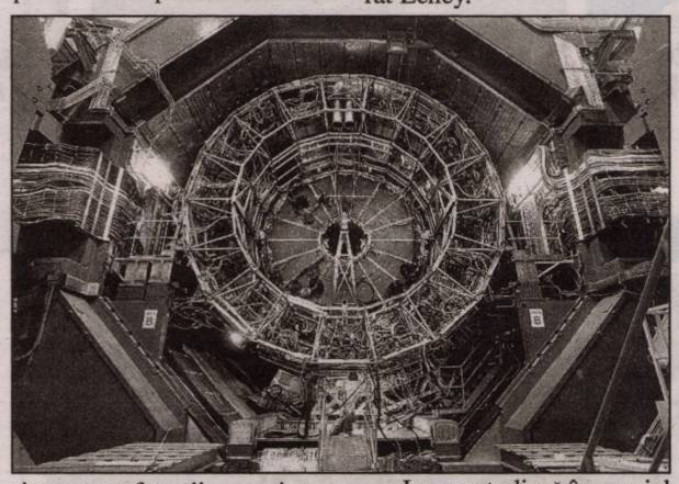
Misterul materiei întunecate

Oamenii de ştiinţă de la Laboratorul CERN din Geneva ciocnesc protoni la un nivel de energie fără precedent pentru a elucida unul dintre cele mai mari mistere ale lumii noastre: originea materiei întunecate, despre care ştim foarte puţin, deşi reprezintă 26,8% din totalul masei Universului.

Marele accelerator de hadroni (LHC), care a fost repornit de curând pentru a treia oară după ce a fost supus unor modernizări extinse, a doborât recordurile de energie, permiţând fizicienilor să studieze în continuare bosonul Higgs – particulă elementară ipotetică despre care se presupune că poate să confere masă celorlalte particule elementare – şi să afle ce poate dezvălui dezintegrarea acestei particule despre restul Universului.

„Credem că materia întunecată are masă, dar nu ştim nimic despre ea", a declarat Katharine Leney, fizician la CERN, care lucrează la experimentul ATLAS şi este profesor asistent de cercetare la Southern Methodist University din Dallas, Texas. „Ne gândim că bosonul Higgs ar putea interacţiona cu această materie, dar încă nu avem certitudinea acestui lucru."

În ciuda denumirii sale, materia întunecată nu are nicio conotaţie sinistră sau neplăcută. Se numeşte aşa pentru că nu pare să interacţioneze cu fotonii – particulele de lumină – şi ca atare nu poate fi văzută de ochiul uman.



Dacă bosonul Higgs ar interacţiona cu materia întunecată, aceasta s-ar descompune într-un mod diferit, astfel încât oamenii de ştiinţă ar putea apoi să studieze interacţiunea petrecută. „Ştim din legile de conservare a energiei că energia pe care o introducem într-un detector ar trebui să fie egală cu energia pe care o eliminăm în urma unei coliziuni. Dacă introducem energie, dar nu vedem că ies suficiente lucruri, putem spune că trebuie să existe altceva aici pentru a nu încălca aceste legi de conservare a energiei – şi atunci ar putea fi vorba de materia întunecată", a declarat Leney.

Leney studiază în special modul în care bosonul Higgs interacţionează cu el însuşi şi cum generează masă, ceea ce poate fi considerat o piesă cheie a puzzle-ului pe care oamenii de ştiinţă îl alcătuiesc. Această întreprindere le va oferi savanţilor informaţii despre subiecte precum formarea Universului şi chiar despre soarta finală a acestuia.

GABRIEL TUDOR

„Simfonia" magmei

O erupţie vulcanică este percepută de cei mai mulţi oameni ca un spectacol grandios şi terifiant, precum şi inevitabil generator de mari pagube şi victime. Manifestări sonore, însă neperceptibile de către urechea umană, din adâncul unui vulcan ar putea emite un avertisment atunci când acesta este pe cale să explodeze, oferind comunităţilor ameninţate perspectiva unei avertizări ce poate salva vieţi, au declarat oamenii de ştiinţă care au cercetat fenomenul.

O echipă care studiază infrasunetele – sunete prea „adânci" pentru ca oamenii să le audă – de la vulcani precum Etna din Sicilia, Italia, a descoperit că sunetele magmatice se schimbă semnificativ pe măsură ce se apropie o erupţie.

Pe măsură ce magma explodează, undele sonore reverberează prin crater „la fel ca într-un instrument muzical de alamă, cum ar fi un trombon, de exemplu, care emite anumite note", a explicat Leighton Watson, cercetător de la Universitatea din Canterbury (Marea Britanie). Pe măsură ce magma se mişcă în sus, nota se schimbă - ca mişcarea unui braţ de trombon, a spus el pentru AFP.

În 2021, înainte ca Etna să arunce fum şi cenuşă în aer, tonul său a început să se schimbe. Frecvenţa de vârf a crescut treptat, iar motivul a fost că magma se ridica în crater." Aflând care note echivalează cu fiecare nivel de magmă, s-ar putea elabora predicţii despre viitoarele erupţii.

Watson şi echipa italo-americană de cercetători cred că notele sonore ar putea oferi în cele din urmă, „câteva ore" de avertisment înainte de o erupţie iminentă. Evident, acest lucru nu ar fi suficient pentru a proteja casele sau infrastructura, dar ar putea fi esenţial pentru a-i evacua pe localnici, turişti sau schiori din zona ameninţată.

Metodele actuale de monitorizare a nivelurilor de magmă implică zborul cu elicopterul deasupra craterului sau urcarea şi îndreptarea unui dispozitiv de măsurare cu laser în interior – ambele fiind periculoase, costisitoare şi nu pot fi efectuate continuu. Noua metodă ar necesita sonde ce pot fi plasate la kilometri distanţă de vulcan. Pentu că, microfoanele speciale capabile să detecteze această simfonie vulcanică fiind dezvoltate doar cu câteva decenii în urmă, cercetarea se află la început.

Libret/livret

Să vorbim corect!

O confuzie des întâlnită în vorbire este cea în care este folosit unul dintre termenii paronimiei libret/livret.

Am auzit mulţi vorbind despre „libretul militar" sau despre „livretul operei Aida" (de exemplu). De fapt sensul celor două cuvinte este exact invers faţă de înţelesul exemplelor de mai sus.

„Livretul" este un act special care se eliberează la sfârşitul stagiului militar şi numai în acest fel trebuie folosit.

Termenul „libret" are conotaţii artistice. Este vorba de textul unei opere sau operete. Se poate porni de la o operă cunoscută dar libretistul îl adaptează pentru a fi cântat urmărind rolurile personajelor şi comentariile corului. Uneori pasajele muzicale sunt legate între ele prin fragmente recitative şi acestea fac parte, de asemenea, din libret. *(I.S.)*

Planeta furnicilor

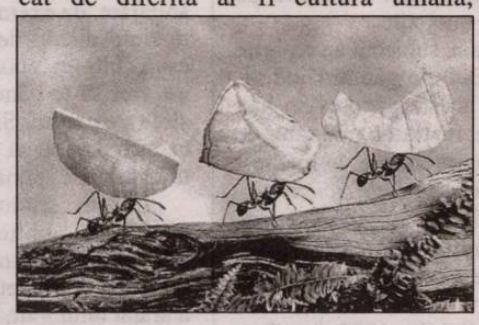
Foarte des, ne raportăm la vietăţi de pe planetă cu o superioritate vecină cu ignoranţa, dar rămânem uluiţi când aflăm despre ele particularităţi aproape incredibile, inclusiv despre inteligenţa fabuloasă a unora dintre ele.

Cercetătorii Universităţii din Würzburg, Germania, au făcut publică o nouă estimare asupra micilor insecte, a căror greutate totală, de 12 megatone, o depăşeşte pe cea a tuturor păsărilor şi mamiferelor sălbatice la un loc.

Explicaţia pare simplă, însă nu este mai puţin spectaculoasă: numărul furnicilor care trăiesc pe Pământ se situează undeva în jurul a 20 de cvadrilioane (adică 20 urmat de 15 zerouri!). O comparaţie aleatorie la nivel cosmic putem face arătând că galaxia noastră are aproximativ 100 de miliarde de stele, iar pe Terra, unui singur om viu i-ar corespunde din punct de vedere numeric circa 2,5 milioane de furnici.

Potrivit cercetătorilor, furnicile joacă mai multe roluri-cheie în menţinerea ecosistemelor lor în echilibru, inclusiv aerisirea solului, dispersarea seminţelor, descompunerea materialului organic şi servirea ca sursă de hrană.

Aceste insecte s-au răspândit pe aproape fiecare continent de pe Pământ. „Furnicile sunt insectele dominante, a declarat un celebru mirmecolog (specialist în studierea furnicilor), E.O. Wilson. Fiecare este unică în anatomie, comportament social, istorie. Indiferent unde mă duc – exceptând, eventual, Antarctica sau Arctica înaltă, fiindcă nu există furnici acolo – oricât de diferită ar fi cultura umană, indiferent cât de diferit este mediul natural, există furnicile."



Se estimează că furnicile excavează până la 13 tone de sol la hectar şi cresc semnifcativ disponibilitatea locală a nutrienţilor, însă ele constituie doar 1,2% din speciile terestre şi reprezintă cel puţin 6% din biomasă.

Noul studiu a constatat că aceste insecte sunt distribuite inegal: mai multe furnici trăiesc în păduri şi regiuni aride şi mai puţine în habitate create de om, dar numărul lor atinge vârful la tropice.

Estimarea numerică menţionată este scăzută, deoarece echipa de specialişti a studiat furnici eşantionate doar din stratul de sol, omiţându-le pe cele din copaci şi din subteran.

Oricum, numărul insectelor a scăzut recent pe tot globul. Un studiu din 2019 a constatat că 40% din toate speciile de insecte sunt ameninţate cu dispariţia, în timp ce un altul, publicat în mai, a constatat că insectele zburătoare din Marea Britanie au scăzut cu aproape 60% în ultimele două decenii. Schimbările climatice, utilizarea pesticidelor chimice, speciile invazive, distrugerea şi fragmentarea habitatului joacă un rol decisiv în acest declin.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU
Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu
FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUŞNARENCU
Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: **TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.**

Primele stele din Univers

Primele imagini spectaculoase, transmise la începutul acestei veri de noul telescop spațial James Webb al NASA, au surprins ceea ce păreau să fie primele galaxii apărute în Univers.

O analiză mai detaliată a identificat una dintre aceste galaxii, aflată la nouă miliarde de ani-lumină de Pământ, și a dezvăluit că în ea se află unele dintre cele mai vechi roiuri de stele cunoscute, datând de la scurt timp după Big Bang. Supranumită „Sparkler" (Scânteietoarea), aceasta își datorează porecla obiectelor compacte care apar ca mici puncte galbene-roșii în jurul ei, fiind denumite de cercetători „scântei".

Ei au presupus că scânteile ar putea fi roiuri stelare apărute la trei miliarde de ani după Big Bang. Roiurile globulare sunt colecții vechi de stele din copilăria unei galaxii și conțin indicii despre primele faze de formare și creștere ale acesteia. În urma analizei inițiale a 12 dintre aceste obiecte compacte, experții au stabilit că cinci dintre ele sunt printre cele mai vechi cunoscute roiuri stelare.

Cercetarea a fost realizată de experții de la Canadian NIRISS Unbiased Cluster Survey (CANUCS), care au studiat imaginea din câmpul profund al telescopului spațial James Webb (JWST). Galaxia Calea Lactee are aproximativ 150 de roiuri globulare, iar modul și momentul exact în care s-au format aceste aglomerări dense de stele nu sunt bine cunoscute.

Astronomii știu că roiurile globulare pot fi extrem de vechi, dar este incredibil de dificil să le măsurăm vârsta. Folosirea roiurilor globulare pentru a stabili vârsta primelor stele din galaxiile îndepărtate nu a mai fost realizată până acum și este posibilă doar cu ajutorul lui Webb. Kartheik G. Iyer, de la Universitatea din Toronto și co-autor principal al studiului, a declarat: „Din moment ce am putut observa sclipirile pe o gamă de lungimi de undă, am putut să le modelăm și să le înțelegem mai bine proprietățile fizice, cum ar fi cât de vechi sunt și câte stele conțin. Faptul că știm că roiurile globulare pot fi observate de la distanțe atât de mari cu JWST va stimula continuarea cercetărilor științifice și a căutărilor de obiecte similare."

Până acum, astronomii nu au putut vedea cu „bătrânul" telescop Hubble obiectele compacte din jurul galaxiei Sparkler. Acest lucru s-a schimbat odată cu creșterea rezoluției și sensibilității lui Webb, telescopul dezvăluind pentru prima dată punctele minuscule din jurul galaxiei în prima sa imagine de câmp adânc.

Galaxia Sparkler este specială deoarece este mărită de un factor de 100 de ori datorită unui efect numit lentilă gravitațională – prin care roiul de galaxii SMACS 0723 din prim-plan distorsionează ceea ce se află în spatele său, la fel ca o lupă gigantică. Mai mult, lentila gravitațională produce trei imagini separate ale galaxiei Sparkler, permițând astronomilor să studieze în detaliu această galaxie.

Avionul electric pentru pasageri

Primul avion de pasageri complet electric din lume, botezat *„Alice"*, s-a ridicat pentru prima dată pe cer pentru a atinge o altitudine de 3.500 de metri în timpul unui zbor de opt minute la Washington. Zborul inaugural al avionului cu emisii zero, care este propulsat de două motoare electrice de 640 de kilowați, s-a desfășurat fără probleme, acesta decolând de pe Aeroportul Internațional Grant County din Moses Lake, Washington.

„Alice" este destinat transporturilor de navetiști și de marfă și va opera de obicei zboruri pe rute de până la 400 km – aproximativ distanța dintre New York City și Washington, D.C. În timpul zborului inaugural, motoarele au fost foarte silențioase, mai mult ca niște mașini electrice de tuns iarba, iar avionul în sine a produs un zgomot care semăna mai mult cu un zumzet decât cu vuietul tipic al unui avion cu reacție pe combustibili fosili.

„Alice" va fi disponibil în trei configurații diferite: un avion de transport cu capacitatea de nouă pasageri, un altul pentru șase pasageri și o versiune de marfă (eCargo).

Toate configurațiile vor putea găzdui doi membri ai echipajului. Compania Eviation, cu sediul în Arlington, Washington, a încheiat deja un contract cu DHL Express pentru 12 avioane Alice eCargo; în plus, două companii aeriene regionale, Cape Air, cu sediul în Massachusetts, și Global Crossing Airlines, cu sediul în Florida, au făcut comenzi pentru 75 și, respectiv, 50 de avioane „Alice".

„Astăzi ne îmbarcăm în următoarea eră a aviației – am reușit să electrificăm cerul cu primul zbor de neuitat al lui Alice", a declarat Gregory Davis, președintele și directorul general al Eviation, într-un comunicat.

„Oamenii știu acum cum arată și cum sună o aviație accesibilă, curată și sustenabilă, pentru prima dată cu o aeronavă cu aripă fixă, complet electrică. Această etapă revoluționară va conduce inovația în domeniul transportului aerian sustenabil și va modela atât transportul de pasageri, cât și cel de marfă în viitor."

Dacă lucrurile decurg conform planului, Eviation speră să obțină certificarea din partea Administrației Federale pentru Aviație din SUA și să ajungă pe piață până în 2027, costul unui exemplar putând ajunge la 4 milioane de dolari.

Stresul moderat, bun pentru memorie

Stresul este în mod obișnuit asociat cu epuizarea emoțională și cu o sănătate mintală precară, dar un nou studiu sugerează că un pic de stres poate fi chiar benefic pentru funcționarea creierului uman.

În cadrul unor experimente care au implicat scanări ale creierului, cercetătorii din SUA au descoperit că stresul poate avea efecte pozitive asupra „memoriei de lucru" în anumite circumstanțe. Memoria de lucru este un „caiet de notițe" mental care conține gândurile trecătoare și este responsabilă pentru reținerea și procesarea temporară a informațiilor.

Oamenii au un punct sensibil, cunoscut sub numele de „zona hormetică", în care stresul ne poate îmbunătăți memoria de lucru – dar, dacă stresul devine prea ridicat, acesta poate avea un efect „toxic" asupra funcției cognitive, au constatat cercetătorii. Noul studiu a fost desfășurat de experți de la Universitatea din Georgia și a fost publicat în revista *Neuropsychologia*.

Cercetătorii au examinat răspunsurile neuronale a 1000 de adulți cu vârste cuprinse între 22 și 37 de ani, în timpul unui exercițiu de memorie de lucru. Exercițiul, cunoscut în psihologie sub denumirea de n-back, presupune ca subiecților să li se prezinte o succesiune de stimuli și ei să indice atunci când stimulul curent se potrivește cu cel din pașii anteriori din succesiune.

Participanții au fost supuși unor scanări de imagistică prin rezonanță magnetică funcțională (fMRI) – care măsoară activitatea cerebrală prin detectarea modificărilor asociate cu fluxul sangvin –pentru a determina nivelul de stres. Savanții au constatat că subiecții care au raportat niveluri scăzute până la moderate de stres perceput au prezentat o activare neuronală crescută într-o rețea de memorie de lucru a creierului în timpul unei sarcini, precum și creșteri ale performanței.

Cu toate acestea, puterea acestei asocieri s-a plafonat la niveluri ridicate de stres, sugerând că stresul ajută cogniția creierului doar într-o anumită măsură înainte de a deveni prea ridicat. Nivelurile extreme de stres sunt dăunătoare pentru „funcționarea neuronală și comportamentală" a memoriei de lucru, se afirmă în studiu.

Simulator de furtună

Având în vedere valurile de căldură record și inundațiile devastatoare înregistrate anul acesta, majoritatea oamenilor de știință sunt de acord că schimbările climatice fac ca vremea să devină tot mai extremă.

Pentru a contribui la creșterea gradului de conștientizare a acestui fenomen, în Nordborg, Danemarca, a fost lansat primul simulator de furtună din lume. "Beat the Storm" permite oamenilor să experimenteze un uragan de categoria II, cu vânturi de peste 160 km/h. Troels Nim Andersen, manager de proiect la Universe Science Park, unde este amplasat simulatorul, a declarat: „Această activitate este o modalitate de a explora vântul și de a crește interesul pentru acest element al naturii – și toată lumea o adoră! Scopul nostru a fost întotdeauna de a face știința distractivă și, în acest fel, de a-i inspira pe vizitatorii noștri să devină exploratori și să rezolve probleme."

Cercetările sugerează că tot mai multe cicloane tropicale vor lovi orașe populate aflate la latitudini medii, precum Beijing, New York și Tokyo, ca urmare a creșterii temperaturilor globale. În plus, oamenii de știință au stabilit că precipitațiile record care au provocat inundații în Germania și Belgia în luna iulie au fost de nouă ori mai probabile din cauza schimbărilor climatice. În septembrie a fost publicată o evaluare globală a climei, realizată de Asociația Meteorologică Mondială, care a arătat că ne confruntăm cu temperaturi globale din ce în ce mai ridicate și cu inundații, secete și valuri de căldură distructive cauzate de schimbările climatice.

Potrivit lui Tom Knutson, cercetător principal la Administrația Națională Oceanică și Atmosferică, deși este posibil ca o climă mai caldă să nu crească frecvența furtunilor, cele care se formează prezintă riscuri mai mari de a deveni mai puternice. Activitatea „Beat the Storm" urmărește să crească gradul de conștientizare cu privire la fenomenele meteorologice extreme determinate de climă, oferind o experiență directă a vânturilor puternice provocate de uragane de categoria II. Potrivită pentru persoanele cu vârste cuprinse între 5 și 80 de ani, activitatea îi educă, de asemenea, pe oameni cu privire la pericolele și consecințele navigării în timpul uraganelor.

Participanții se confruntă cu vânturi tot mai puternice, în timp ce își croiesc drum printr-un tunel de vânt pentru a apăsa un buton la celălalt capăt. Efectele speciale pot plasa vizitatorii în orașe, munți, păduri sau deșerturi. De asemenea, ei pot învăța despre știința furtunilor, cu informații despre aerodinamică, energia vântului și fizică.

Ingus Augstkalns, fondatorul Beat the Storm, a declarat: „Plănuim să construim peste 100 de astfel de simulatoare de furtună în întreaga lume pentru a permite vizitatorilor centrelor științifice și de divertisment, parcurilor de distracții și altor locuri să experimenteze vânturi începând de la o briză de 35 km/h, pentru copii, până la un uragan de categoria II."

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Femeile din Mesopotamia antică

În Mesopotamia antică, instituţia căsniciei a avut o importanţă vitală pentru societate, deoarece asigura continuarea liniei familiale şi stabilitatea socială. Căsătoriile aranjate erau obişnuite şi de cele mai multe ori cuplul nu se întâlnea niciodată, dar relaţiile umane erau la fel de complexe şi stratificate ca şi cele din zilele noastre.

În contrast cu dragostea romantică şi cu un cuplu care îşi împarte viaţa împreună, se aflau aspectele religioase, precum şi cele „comerciale" ale căsătoriei şi a sexului. Herodot relatează că fiecare femeie, cel puţin o dată în viaţă, trebuia să stea în faţa templului zeiţei Iştar, îmbrăcată cât mai provocator cu putinţă.

Atunci când un străin trecea prin faţa ei şi îi arunca în poală o monedă de argint, rostind formula sacra „Te invit să vii cu mine în numele lui Mylitta" (o altă denumire dată zeiţei), femeia era obligată să-l urmeze şi să copuleze cu el, după care se întorcea acasă la soţul ei, ca şi cum nimic nu s-ar fi întâmplat.

Se credea că această uniune întâmplătoare (sau „prostituţie sacră", cum o numesc istoricii moderni) reprezenta relaţia lui Iştar cu zeul Dumuzid şi aducea fertilitate femeilor şi prosperitate întregii comunităţi. Întrucât virginitatea unei femei era considerată o condiţie necesară pentru căsătorie, ar părea puţin probabil ca femeile necăsătorite să fi luat parte la acest obicei, dar Herodot afirmă că „fiecare femeie" era obligată să o facă.

La fel de bizar ne pare astăzi şi obiceiul „licitaţiei mireselor", descris tot de Herodot. Acesta afirmă că o dată pe an tinerele femei eligibile pentru căsătorie erau adunate într-un singur loc, în timp ce bărbaţii stăteau în jurul lor în cerc. Apoi, un vestitor chema tinerele femei una câte una şi le oferea spre vânzare. El începea cu cele mai frumoase.

După ce prima era vândută la un preţ mare, era oferită spre vânzare cea considerată următoarea ca frumuseţe. Cei mai bogaţi dintre babilonieni care doreau să se căsătorească licitau între ei pentru cele mai frumoase tinere, în timp ce oamenii de rând, care nu erau preocupaţi de frumuseţe, primeau femeile mai urâte... dar şi o compensaţie monetară!

Trebuie ştiut că în limba sumerienilor, cuvântul pentru „iubire" era un verb compus care, în sensul său literal, însemna „a măsura pământul". Atât la sumerieni, cât şi la babilonieni (şi foarte probabil şi la asirieni), căsătoria era în mod fundamental un aranjament comercial menit să asigure şi să perpetueze o societate ordonată.

Fiecare căsătorie începea cu un contract legal. Într-adevăr, aşa cum prevedea legea mesopotamiană, dacă un bărbat se căsătorea fără să fi întocmit şi executat mai întâi un contract de căsătorie, femeia cu care se „însura" nu era considerată soţia lui. Fiecare căsnicie începea nu cu o decizie comună a doi oameni îndrăgostiţi, ci cu o negociere între reprezentanţii a două familii.

Copiii erau consecinţa naturală şi foarte dorită a căsătoriei. Lipsa de copii era considerată o mare nenorocire şi un bărbat putea să ia o a doua soţie dacă mireasa se dovedea infertilă. Odată mariajul încheiat, soţia ajungea în întregime sub stăpânirea soţului. Deşi monogamia era obişnuită, fiecare bărbat din Mesopotamia putea să aibă, în funcţie de capricii, gusturi, necesităţi şi, evident, resurse financiare, nu doar una, ci mai multe concubine, pe lângă soţia legitimă. Aceasta era adesea consultată în alegerea concubinelor şi era responsabilitatea ei să se asigure că ele îşi îndeplineau sarcinile pentru care fuseseră alese.

În cazul în care o concubină fusese adăugată la cămin pentru că soţia legitimă nu putea avea copii, urmaşii concubinei deveneau automat copiii soţiei şi puteau moşteni şi duce mai departe numele familiei. Cu toate acestea, un bărbat nu putea divorţa de soţie din cauza stării de sănătate a acesteia; el continua să o onoreze ca soţie unică până la moartea ei.

Fotodocument

Samurai în fustă

Cunoscute ca onna bugeisha, femeile samurai, precum cele prezentate în instantaneele fotografice alăturate, realizate la mijlocul secolului al XIX-lea, au luptat alături sau împotriva samurailor bărbaţi, constituind o constantă a istoriei militare japoneze, până la epoca Meiji.

Smoky, un „terapeut" canin

Duelul desfăşurat între americani şi japonezi în Pacific, în Al Doilea Război Mondial, s de eroism. Unul dintre cele mai îndrăgite personaje care s-au remarcat în cadrul conflictului a fost o căţeluşă pe nume Smoky, care a reuşit să salveze de la moarte sute de militari americani din insula Luzon, cea mai mare din arhipelagul Filipine.

Zilnic, aerodromul american era atacat de avioane japoneze, iar numeroasele raiduri au dus la distrugerea căilor de comunicaţii Aliate. Comandanţii americani aveau nevoie urgentă de linii telefonice întinse printr-o ţeavă aflată la aproximativ 20 de metri sub pământ de la bază până la trei escadroane separate, dar nu aveau echipamentul adecvat.

Ţeava avea un diametru de doar 20 cm, iar singura modalitate de a amplasa liniile ar fi fost manual – zeci de oameni să sape un şanţ pentru a introduce firele în subteran, o muncă periculoasă care ar fi durat zile întregi şi i-ar fi lăsat pe oameni expuşi atacurilor inamice constante, care făcuseră deja multe victime.

Prin urmare, americanii au apelat la o soluţie neconvenţională: să trimită prin ţeavă un mic terrier Yorkshire, o căţeluşă pe nume Smoky, cu o sfoară legată de zgardă. Sfoara putea fi apoi folosită pentru a trece cablurile telefonice prin ţeavă.

La capătul celălalt al ţevii, încurajând permanent căţeluşa să înainteze, s-a aflat stăpânul ei, caporalul Bill Wynne, în vârstă de 22 de ani, originar din Ohio, care o adoptase în timp ce se afla în Noua Guinee. Smoky a ajuns la capătul ţevii, reţeaua de comunicaţii a fost stabilită, iar simpaticul patruped a fost creditat ca fiind cel care a salvat vieţile a aproximativ 250 de militari americani.

În anii următori, micuţa Yorkie avea să obţină o recunoaştere mult mai mare pentru efectul ei vindecător asupra soldaţilor răniţi. Când Wynne o văzuse pentru prima dată pe această căţeluşă, în martie 1944, în timp ce era staţionat în cadrul Corpului Aerian al Armatei SUA în Nadzab, Noua Guinee, ea cântărea doar patru kilograme, având o înălţime de doar şapte centimetri şi un cap de mărimea unei mingi de baseball.

Unul dintre camarazii lui o găsise abandonată la marginea drumului, slabă şi înfometată, şi i-o dăruise lui Wynne.

La scurt timp după ce Wynne a adoptat-o pe Smoky, militarul a făcut febră dengue şi a fost trimis la spital. După câteva zile, prietenii lui Wynne i-au adus-o pe Smoky, iar asistentele, fermecate de căţeluşă, au întrebat dacă ar putea să meargă cu ea şi la alţi pacienţi care fuseseră răniţi în invazia din insula Biak.

În timpul celor cinci zile petrecute în spital, Smoky a dormit cu Wynne pe patul său noaptea, iar asistentele o luau dimineaţa pentru a o duce altor pacienţi, înapoindu-i-o la sfârşitul zilei.

Soldaţii răniţi râdeau în hohote când căţeluşa executa trucurile pe care Wynne o învăţase. Smokie rămânea nemişcată când soldaţii o „împuşcau" cu o armă invizibilă, ştia să sară coarda, să se plimbe cu o trotinetă improvizată special pentru ea şi chiar să-şi scrie numele, ridicând cuburi cu literele care îl compuneau.

După ce războiul s-a terminat, Wynne şi Smoky au continuat să facă turul spitalelor, aducând numerele lor de dresură şi soldaţilor aflaţi la recuperare în America. Smoky s-a retras din „activitatea artistică" în 1955 şi a murit în somn doi ani mai târziu, în 1957, la vârsta de 14 ani.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Astăzi în istorie

3 noiembrie 1812

Napoleon este înfrânt la Vyazma

Una dintre puţinele înfrângeri suferite de armatele franceze de-a lungul Războaielor napoleoniene a avut loc la Vyazma. În această confruntare, o forţă rusă comandată de generalul Miloradovici a provocat pierderi grele ariergărzii Marii Armate.

La ora 8 dimineaţa, pe 3 noiembrie, cavaleria lui Miloradovici a atacat coloana franceză dezorganizată, condusă de mareşalul Davout. Simultan cu atacul lui Miloradovici, cazacii lui Platov l-au atacat pe Davout dinspre est, susţinuţi de trupele generalului Paskevici.

Cei 14.000 de soldaţi din Corpul lui Davout riscau acum să fie distruşi de ruşi. Din fericire, zgomotul

luptei a fost auzit de soldaţii prinţului Eugene de Beuharnais care s-au grăbit să le vină în ajutor.

Contraatacul lui Eugene a căzut în spatele trupelor lui Miloradovici, obligându-le să se retragă. Miloradovici a cerut urgent întăriri mareşalului Kutuzov, dar acesta a trimis doar cei 3000 de cuirasieri ai generalului Uvarov, fapt care i-a împiedicat pe ruşi să obţină o victorie rapidă şi decisivă.

La ora 16.00, luptele s-au extins în oraşul Vyazma, care în acel moment era mistuit de flăcări. Ruşii i-au înfruntat pe francezi în crâncene dueluri corp la corp.

La ora 20:00 ciocnirile au luat sfârşit. Bătălia de la Vyazma a reprezentat o înfrângere clară a ariergardei Marii Armate, deoarece pierderile franceze în această bătălie, între 6000 şi 8000 de oameni, plus 4000 de soldaţi francezi luaţi prizonieri de ruşi, au afectat serios capacitatea de luptă a trupelor lui Napoleon.

Şocul atacului rusesc a redus multe unităţi franceze la o stare de dezordine şi, din cauza vitezei cu care a trebuit să se reia retragerea, ordinea nu a fost niciodată restabilită. Aceste unităţi dezorganizate au devenit ţinte uşoare pentru raidurile cazacilor în zilele următoare.

Pierderile ruseşti la Vyazma nu au fost mai mult de 1800 de morţi şi răniţi, din 26.500 de soldaţi implicaţi. Dar Napoleon a reuşit totuşi să ajungă la Smolensk, salvând astfel rămăşiţele trupelor sale pentru bătălia ulterioară de la Krasnoi.

E bine de ştiut

Numeroase studii încearcă să descifreze căi noi de luptă împotriva celei mai de temut maladii. Într-un recent studiu de laborator, oamenii de ştiinţă au măsurat şi comparat capacitatea a 11 fructe de a suprima creşterea celulelor canceroase.

Fructele selecţionate pentru studiu au fost merele, bananele, merişoarele, grepfrutul, strugurii, lămâile, portocalele, perele,

Date uimitoare despre valoarea fructelor

piersicile, ananasul şi căpşunile. Substanţa de control a fost apa, care, turnată peste celulele canceroase, evident, nu produce niciun efect. Ananasul, perele şi portocalele au fost scoase din „competiţie" pentru că s-a dovedit că nu au avut niciun efect. În schimb, la concentraţii ridicate de piersici proliferarea celulelor canceroase scade cu aproximativ 10%, însă bananele şi grepfrutul scad ratele de creştere a cancerului cu aproximativ 40%.

Strugurii negri, căpşunile şi merele reduc cu 50% creşterea celulelor canceroase. E bine de ştiut că, fructele care, în doze mici, au provocat o scădere de peste 90% în proliferarea celulelor canceroase sunt lămâile şi merişoarele.

În faţa unor concluzii atât de surprinzătoare se impune îndemnul de a profita zilnic de valoarea specială a fructelor, de capacitatea lor antioxidantă şi de prevenire a cancerului, apreciind în acelaşi timp savoarea lor specială.

Dr. ANDY ANDREI

Look de toamnă

Geci matlasate, în culori atrăgătoare, oranj, roşu, lila, bleu, metalizate, toate sunt în topul ţinutelor moderne de toamnă. Totuşi, hipertendinţa anotimpului, starul acestui sfârşit de an sunt vestele fără mâneci. Practice, călduroase s-au „insinuat" în vestimentaţia de bază feminină.

Vestele lungi, scurte, imprimate sau din piele ecologică, toate vă evidenţiază stilul elegant. Şi ca un bonus, creatorii de modă vă sugerează ca atunci când temperatura devine glacială să le purtaţi şi pe sub mantou.

Pentru dumneavoastră, doamnă

Ce tip de personalitate sunteţi:

Yin sau Yang?

Secretul unei bune funcţionări a organismului, deci implicit al sănătăţii, constă în corelarea personalităţii cu categoriile de alimente recomandate şi cu anotimpul, spun cercetătorii chinezi.

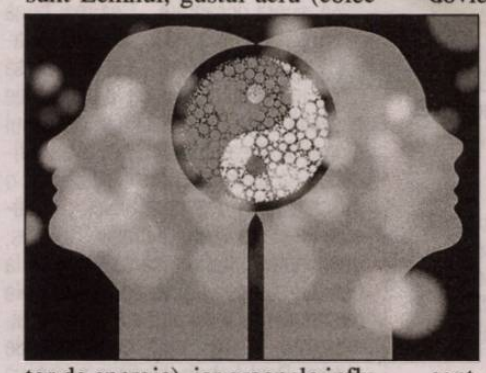
Unul dintre principiile vechi de când lumea este principiul Yin-Yang. În viziunea chinezilor există cinci anotimpuri, al cincilea fiind asociat cu sfârşitul verii. Fiecărui anotimp îi corespunde un anumit gust şi unul din cele cinci elemente: Metal, Apă, Lemn, Foc, Pământ. Fiecare element este corespondentul unui organ intern: Metal (plămâni), Apă (rinichi), Lemn (ficat), Foc (inimă) şi Pământ (splină) şi are rolul de a-l „hrăni" corespunzător pentru menţinerea echilibrului vital.

Explicarea principiului Yin-Yang este următoarea: partea neagră ţine de Yin, iar cealaltă, de Yang. Punctele de pe cele două reprezentări arată că în fiecare Yin este şi Yang şi în fiecare Yang este şi Yin. Când apar dezechilibre înseamnă că Yin şi Yang sunt perturbate.

Cum poate fi definită o personalitate de tip Yin? Sunt persoane introvertite, cumpătate, calme, care se enervează rar. Cei dominaţi de Yin au în permanenţă nevoie de căldură, nu beau multe lichide. Iubesc singurătatea şi meniul vegetal.

În tipul Yang sunt personalităţi exuberante, sociabile, cu alură sportivă, vesele şi agile. Le place să fie înconjurate de prieteni. Se încălzesc uşor şi transpiră abundent. Nevoia de adrenalină este puternică. Preferă carnea, consumă multe băuturi reci şi fac deseori excese alimentare.

Aşadar, chinezii spun că între personalitate, preferinţele alimentare şi anotimp există o corelare. Primăvara este anotimpul revitalizării organismului. Elementele corespunzătoare acestui anotimp sunt Lemnul, gustul acru (colector de energie), iar organele influenţate sunt ficatul (Yin) şi vezica biliară (Yang). Alimentele specifice primăverii sunt cele care oferă energie caldă organismului: carne de găină sau de curcan şi alimente care au gust acru, toate influenţând pozitiv energia fizică.



Anotimpul cald, vara, semnifică tinereţea şi dezvoltarea mintală. Elementele corespunzătoare verii sunt gustul amar, care întăreşte energia acumulată, elementul Foc, intestinul subţire (organ Yang) şi inima (organ Yin). Alimentele specifice sunt cele amare şi roşii: sfecla roşie, căpşuni, vin roşu. Acţiunea energetică a alimentelor de foc contracarează energia rece şi reglează echilibrul energetic. Substanţele amare existente în anumite alimente ajută la slăbit deoarece provoacă eliminarea lichidelor.

Sfârşitul verii semnifică maturizarea. Este reprezentat prin elementul Pământ, gustul dulce, care ajută la transformarea energiei, splină (organ Yin) şi stomacul (organ (Yang). Alimentele recomandate sunt cele dulci şi de culoare galbenă: pepene galben, castane, dovleac. Gustul dulce relaxează şi revigorează întrucât elimină stresul.

Toamna semnifică echilibrul fizic şi psihic, fiind reprezentată de Metal. La nivelul organismului sunt influenţaţi plămânii (Yin) şi intestinul gros (Yang). Gustul specific este cel picant, fiind recomandate, în consecinţă, alimentele picante sau de culoare albă: ridichi, praz, ceapă etc. Gustul picant e ideal pentru combaterea stării de epuizare fizică sau psihică, revigorarea circulaţiei sangvine şi stimularea intelectului.

Alimentele albe oferă organismului energie fierbinte, contracarând excesul de energie rece. În viziunea chinezilor, iarna înseamnă înţelepciune şi stabilitate, având ca element corespodent Apa. Gustul specific este cel sărat, iar organele interne influenţate sunt rinichii (Yin) şi vezica urinară (Yang). Alegeţi alimentele sărate, de culoare neagră (vinete) sau provenite din apă (peşte). Toate acestea elimină toxinele şi purifică.

Gastronomice

Ţelină cu ciuperci

4 ţeline, 2 cepe, 200 g ciuperci, o lingură făină, 1 păhărel vin, 2 linguri unt, sare, piper, foi de dafin.

Se curăţă rădăcinile de ţelină, se taie în două, iar fiecare jumătate în felii groase de 1 cm. Se pun la fiert cu apă rece, care să le acopere bine. Se pune sare. Se fierb până încep să se înmoaie. Se scot şi se scurg. Separat se rumenesc cepele tăiate mărunt, cu o lingură de unt, se adaugă făina şi se lasă să se rumenească. Se sting cu un păhărel de vin amestecat cu apă. Se mai adaugă sare, piper, foaie de dafin. Se lasă sosul să fiarbă o jumătate de oră. Când este bine fiert şi destul de scăzut, se strecoară în cratiţa în care au fost aşezate feliile scurse de ţelină, adăugând şi câteva ciuperci curăţate, tăiate mărunt şi înnăbuşite într-o lingură cu unt. Se potriveşte de sare. Se acoperă şi se fierbe înnăbuşit circa 20 de minute.

Viţel cu dovlecei

750 g carne de viţel, o lingură unt, o ceapă, o linguriţă făină, 4 dovlecei, o legătură mărar tocat, 2 linguri smântână, sare.

Se prăjeşte carnea de viţel în unt, cu ceapă şi puţină făină. Se adaugă apă şi se lasă să fiarbă înnăbuşit. Se rad dovleceii de coajă, se taie în patru în lung, apoi în bucăţi de 5-6 cm. Se călesc în puţină grăsime. Când carnea este pe jumătate fiartă, se pun dovleceii şi mărarul, se dă cratiţa la cuptor şi se lasă să fiarbă înnăbuşit până ce dovleceii sunt gata. Dovleceii prea fierţi se sfărâmă uşor. Înainte de a se servi, se pot adăuga două linguri cu smântână.

Saleuri cu anason

500 g făină, 500 g unt, sare, 250 g brânză de vaci, 250 g telemea, 2 albuşuri, seminţe anason.

Într-un bol se pune făina şi se amestecă bine cu untul, sare şi brânza rasă. Se frământă bine şi se lasă la rece 2 ore. Se întinde o foaie groasă de 0,5 cm, se unge cu albuş bătut spumă, se presară anason şi se taie fâşii lungi de 5 cm şi late de 1,5 cm. Se aşază în tavă şi se dau la cuptor, la foc potrivit. Când s-au copt se scot şi se lasă să se răcească.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Dosarele frumuseţii

Mici trucuri

Îngrijirea corectă a părului vopsit îi asigură strălucire, frumuseţe, dar şi sănătate. Astfel, nu uitaţi că o şamponare prea frecventă poate diminua culoarea. Ar fi de preferat să-l spălaţi la 3-4 zile cu apă călduţă. De pe vremea bunicii ştim că va căpăta mai multă luminozitate dacă îl vom clăti cu apă ceva mai rece.

Evitaţi folosirea în exces a uscătorului, ondulatorului sau a plăcii pentru îndreptarea părului. Căldura produsă de acestea pot afecta culoarea părului, uscându-l excesiv. Folosiţi în aceste situaţii un spray pentru protecţie termică. Acesta asigură părului volum, hidratare şi protecţie solară.

O mască naturală pentru păr care echivalează cu mici trucuri pentru menţinerea culorii ar trebui folosită o dată pe săptămână. Astfel, cacaua poate intensifica nuanţa părului şaten sau negru, iar o lingură de miere amestecată cu două linguri de oţet de mere contribuie la prelungirea duratei culorii. În cazul părului blond-strălucitor este folosit ceaiul de muşeţel. Pentru părul roşcat se recomandă o mască realizată amestecând morcov ras, merişoare, miere şi iaurt.

Fenomene aerospaţiale neidentificate

Drone sau OZN-uri

Marinarii de la bordul unei flote de nave de război americane, care naviga în largul coastei Californiei de Sud în iulie 2019, au fost martori când mai multe nave au fost invadate de o serie de obiecte zburătoare neidentificate. Incidentul a durat ore întregi, apoi s-a întâmplat din nou şi din nou pe parcursul lunii, cu aeronave plutind şi zburând în jurul flotei, etalând lumini multicolore intermitente.

Iată câteva fapte: pe 30 martie 2019, USS Harpers Ferry raportează până la opt drone necunoscute care zboară direct deasupra navei la o altitudine de aproximativ 500 de picioare, „făcând operaţiuni de colectare". Pe 24 aprilie 2019, USS Zumwalt identifică şase drone care zboară deasupra capului într-un „model consistent" care nu şi-a modificat „cursul, viteza sau altitudinea".

Pe 15 iulie 2019, USS Paul Hamilton este urmărit, timp de patru ore, de drone care ar fi provenit de pe cargo-ul *Bass Strait,* USS Bunker Hill este urmat de 11 drone presupus din aceeaşi sursă, USS Ralph Johnson raportează că există 14 drone suspecte care îl înconjoară, USS Omaha prinde cel puţin nouă obiecte pe radar şi filmează, cu o cameră în infraroşu, un obiect sferic care se scufundă în ocean. Pe 17 iulie 2019 USS Russell raportează că trei drone suspecte au zburat deasupra sa timp de o oră, dintr-o locaţie necunoscută.

Pe 21 iulie 2019, USS Paul Hamilton raportează din nou drone în faţă, de data aceasta presupunând că sunt „pescari locali care operează quadcoptere personale". Pe 25 iulie 2019, USS Gabrielle Giffords vede patru drone deasupra capului şi solicită ajutor de la USS Pinckney din preajmă. Trei bărci mici erau în apropiere.

Capacităţi inexplicabile

Pe 30 iulie 2019, USS Russell vede două grupuri de lumini, care conţin cinci drone, pe o perioadă de aproximativ trei ore. Nu a fost stabilită comunicarea cu ambarcaţiunile de agrement din apropiere; USS Paul Hamilton raportează mai multe drone deasupra, unele la doar 200 de metri distanţă.

Acestea sunt raportările oficiale. Dar realizatorul de documentare Jeremy Corbell, într-un interviu exclusiv pentru *DailyMail.com,* a declarat că echipajul navelor i-a spus că roiurile, de „cel puţin 100" de OZN-uri, posedau capacităţi inexplicabile cu mult peste dronele obişnuite. „Rapoartele pe care le-am obţinut, interviurile pe care le-am realizat şi mărturiile pe care le-am documentat în faţa camerei afirmă că acestea nu au fost identificate în mod pozitiv drept drone convenţionale", a spus realizatorul. „Unele dovezi sugerează că aceste unităţi prezentau proprietăţi de zbor unice şi s-a estimat că cel puţin 100 dintre ele efectuau o serie coordonată de manevre îndreptate către navele noastre de război".

Un martor de pe distrugătorul USS Russell i-a spus că a văzut una dintre ambarcaţiuni „accelerând instantaneu în atmosfera superioară" şi alte surse au spus că obiectele au fost detectate plonjând din atmosferă în mare.

Un videoclip din 15 iulie 2019, lansat de Corbell, arată un obiect filmat de pe nava de război USS Omaha, folosind o cameră FLIR (în infraroşu). Se vede un obiect sferic ciudat, neidentificat, plutind şi scufundându-se apoi în Oceanul Pacific în largul coastei San Diego. Videoclipul a fost coroborat de un radar militar care arăta că USS Omaha a fost invadat de fenomene aeriene în iulie 2019. Marina a declarat că videoclipul este autentic. Sursele din marină contactate de Corbell spun că nu au avut succes în căutarea obiectului sub apă. Producătorul de documentare a spus că el crede că aceasta este o dovadă că nava se poate mişca uşor, atât prin aer cât şi prin apă, o tehnologie mult prea avansată pentru o dronă.

Mai multe OZN-uri au dispărut de pe radar după ce au ajuns la nivelul mării. La un moment dat, au fost observate până la 14 OZN-uri simultan pe radar. USS Omaha este una dintre cele cel puţin 10 nave de război

americane care au fost invadate de obiecte zburătoare neidentificate în acea perioadă din iulie 2019, spunea regizorul. Numerele citate de Corbell sunt mult mai mari decât sugerează informările Marinei. Corbell spune că mai multe nave de război se confruntau cu roiuri de aeronave neidentificate, în acelaşi timp, ceea ce înseamnă un număr şi mai mare.

Potrivit surselor lui Corbell şi a documentelor proprii ale Marinei eliberate în temeiul Legii privind libertatea de informare (FOIA), capacităţile aeronavelor misterioase includ planarea la altitudini de până la 21.000 de picioare, zborul timp de mai mult de patru ore, călătoria pe distanţe lungi într-un singur zbor şi, aparent, invulnerabilitate la tehnologia antidronă a *Navy.*

În ciuda acestor performanţe, imposibile pentru tehnologia actuală, în audierea istorică despre OZN-uri organizată în mai 2022, în Congresul SUA, Directorul pentru Informaţii Navale, Scott Bray, a spus că este „în mod rezonabil încrezător" că obiectele observate au fost drone. Marina a lansat, de asemenea, informări care sugerează că aeronavele erau sisteme aeriene fără pilot *(unmanned aerial systems* – UAS) de tip Quadcopter şi probabil proveneau de la nava de marfă *Bass Strait,* înmatriculată în Hong Kong, aflată în apropiere.

O imagine de informare lansată de Marină arată nava USS Paul Hamilton în apropierea navei *Bass Strait,* în timpul unuia dintre incidentele cu roiul de drone. Explicaţia însoţitoare spune că nava străină „foloseşte probabil UAV-uri pentru a supraveghea forţele navale americane", cu referire la „vehicule aeriene fără pilot" *(unmanned aerial vehicles* – UAV). Cu toate acestea, alte imagini arată că aeronava neidentificată plutea în jurul navelor de război atât înainte de apropierea de *Bass Strait,* cât şi după ce acesta acostase în Long Beach.

Mistere complicate

Corbell susţine că a participat la un briefing al informaţiilor Marinei, care a inclus analiza unei ambarcaţiuni depistate deasupra USS Russell la 30 iulie 2019, un obiect „în formă de piramidă". Dar scepticii spun că o lentilă triunghiulară pe o lunetă de vedere pe timp de noapte ar face ca orice lumină de pe cer să pară triunghiulară în condiţii potrivite...

Oficiali ai Marinei au evaluat că „dronele" care zburau deasupra navei USS Paul Hamilton erau controlate de pe nava de marfă *Bass Strait* din Hong Kong, care efectua probabil o supraveghere a navelor Marinei folosind drone sau vehicule aeriene neidentificate (UAV). Tot documentele Marinei arată însă că, atunci când au avut loc unele dintre incidente, nava de marfă *Bass Strait* era andocata în Long Beach, California, la aproximativ 100 de mile depărtare – făcând contactele lui Corbell sceptice că ea ar fi putut fi sursa observaţiilor.

Unul dintre cele mai mari mistere despre „drone" este modul în care au fost capabile să deţină suficientă putere pentru a zbura atât de mult, înalt, rapid şi departe. Unele dintre incidente au durat până la patru ore şi jumătate, iar aeronavele au fost observate până la 21.000 de picioare deasupra oceanului. „Cea mai bună baterie de quadcopter durează aproximativ o oră", a spus o sursă informată. „Urcarea la patru mile necesită timp şi, odată ce vehiculul ajunge la acea altitudine, va avea dificultăţi să menţină o poziţie fixă sau o mişcare lentă deasupra navei, pe măsură ce viteza vântului creşte." În plus, quadcopterul trebuie să se întoarcă la punctul său de origine; apoi rapoartele menţionau că vehiculul a fost iluminat, crescând şi mai mult consumul de putere. Deci trebuia să fie o aeronavă mult mai avansată.

„Nu ştim încă ce anume erau aceste aeronave. Dar orice ar fi, chiar şi abilităţile şi prezenţa lor reprezintă o problemă serioasă de securitate naţională, care nu ar trebui expediată aşa de uşor", a declarat Corbell pentru *DailyMail.com.* „Pentru că, dacă problema va fi ignorată, America şi multe alte naţiuni care au experimentat acelaşi tip de întâlniri în întreaga lume, în mod constant şi recent, sunt susceptibile de a fi atacate de o entitate avansată tehnologic, necunoscută, care poate opera cu navele sale în spaţiul nostru aerian restricţionat cu absolută impunitate" a adăugat el.

„În plus, dacă nu putem răspunde la această întrebare fundamentală nici până în ziua de azi, asistăm la un eşec al informaţiilor multinaţionale într-o măsură care eclipsează greşelile noastre făcute în jurul evenimentelor de la 11 septembrie."

„Nu-mi pasă dacă acestea erau «drone» sau OZN-uri adevărate, piramide, triunghiuri sau chiar pescăruşi cu lumini legate de aripi. Vreau să se răspundă la întrebarea fundamentală: Îi cunoaştem pe cei ce controlează aceste unităţi?" – a spus, în concluzie, Corbell.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Povestea „PRINŢESEI TISULSKY"

În ziua de 5 septembrie 1969, într-o mină de cărbune de lângă satul Rzhavchik Tisulskago din regiunea sovietică Kemerovo, situată în inima Asiei, a fost descoperit, de către un miner pe nume Karnaukov, un sarcofag de marmură lung de 2 metri.

Esenţial pentru acest caz este faptul că obiectul respectiv ar fi fost descoperit la o profunzime de 70 de metri, de unde şi evaluarea ştiinţifică ulterioară asupra vechimii sale. Sarcofagul, realizat cu o precizie incredibilă, avea dimensiunile de 250x80x90 cm.

Înăuntru, scufundat într-un lichid roz-albastru asemănător unei soluţii slabe de permanganat de potasiu ce umplea recipientul până la margini s-ar fi găsit corpul perfect conservat al unei femei cu trăsături europene, în vârstă de 25-30 de ani, înaltă de aproximativ 170-180 cm.

Conducătorul minei, inginerul Alexander Alexandrovich Masalygina, a întrerupt imediat lucrarile. Sicriul a fost dus la suprafaţă şi au început operaţiunile de deschidere. Capacul sarcofagului era lucrat perfect, pentru o conexiune mai stabilă fiind practicată în interior o bordură dublă franjurată, de 5 până la 11 cm, care constituia grosimea peretelui.

Defuncta, o tânără suplă de o frumuseţe neobişnuită, avea caracteristici faciale europene: ochii albaştri, mari, deschişi. Părul era bogat, de culoare şaten închis cu tentă roşiatică, uşor buclat, căzându-i pe piept. Mâinile, aşezate de-a lungul corpului, erau albe, cu unghiile scurte, frumos tăiate. Era îmbrăcată cu o rochie de dantelă albă, transparentă, până sub genunchi, cu mâneci scurte, brodate cu flori colorate.

Nu avea lenjerie de corp şi părea adormită. Lângă cap se afla o cutie neagră dreptunghiulară, rotunjită la un capăt, de aproximativ 25x10 cm. Timp de circa o jumătate de zi, localnicii s-au perindat la locul „miracolului", unii dintre ei atingând sarcofagul. A apărut apoi un elicopter cu mai mulţi civili cu alură de luptători bine antrenaţi. Sub pretextul că zona e contaminată, oamenii au fost îndepărtaţi, după ce li s-au înregistrat datele personale.

Într-o încercare iniţială, obiectul a fost dus la elicopter. Greutatea fiind prea mare, s-a început extragerea lichidului, însă, cum imediat corpul femeii a intrat într-un proces de descompunere, înnegrindu-se, soluţia a fost pusă la loc, iar situaţia a revenit la stadiul dinainte.

După ce vestigiile au putut fi preluate de aparatul de zbor, acesta s-a îndreptat către Novosibirsk, unde după o săptămână, un om de ştiinţă ar fi făcut o afirmaţie absolut şocantă şi aproape imposibil de acceptat din perspectiva teoriei darwiniste despre originea speciei umane: corpul descoperit în măruntaiele pământului ar fi avut mai mult de 800 de milioane de ani (!), fiind aşadar incomparabil mai „bătrân" decât dinozaurii şi cărbunele format în jurul sicriului.

Au circulat între timp şi alte amănunte despre „prinţesa Tisulsky", însă pe lângă suspiciunile majore îndreptăţite, în prezent, rămân câteva elemente de luat în considerare. Minerul Karnaukhov a murit după scurt timp, lovit de o motocicletă. Alexander A. Masalygina, conducătorul lucrărilor din Rzhavchik, a pierit şi el, oficial din motive medicale. Toţi cei şase martori ai descoperirii sarcofagului au murit în condiţii suspecte, autorităţile acoperind cu pământ locul unde fusese găsit.

Despre materialul din care au fost realizate lichidul de conservare, veşmintele femeii şi cutia, nu s-au putut afla compoziţia şi nici tehnologia de obţinere a lor. Ca un fel de corolar, legenda modernă adaugă ideea că, după destrămarea statului sovietic, foşti ofiţeri KGB ar fi vândut pe bani grei şi detalii aflate în arhivele secrete, în cea mai mare parte către „colegi" americani.

Rămâne suspectă lipsa de reacţie oficială faţă de astfel de descoperiri bizare, aşa cum există de altfel în numeroase alte locuri de pe Terra, dar dacă datele sunt reale, istoria umanităţii ar trebui rescrisă complet.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Arhipelagul cu insula de miere

Cine vizitează în prezent Malta rămâne cu amintiri despre un tărâm al ospitalității, datorită punerii în valoare a nenumăratelor elemente ce structurează o spectaculoasă istorie multiseculară, precum și a unor valori spirituale remarcabile.

Cum notorietatea se dobândește în timp și prin diseminarea cât mai largă a unor informații definitorii despre obiectivul avut în vedere, maltezii au deprins de minune modalitățile de a ieși în evidență în sens pozitiv.

Sub semnul lui Osiris

Teritoriul Maltei, înconjurat de Marea Mediterană, cuprinde șase insule, dintre care sunt locuite doar două: Malta (246 km²) și Gozo (67 km²), dar oficial există și pe insula Comino (3,5 km²), o familie formată din trei memebri.

Celelalte trei insule – Cominottto, Filfla și Sf. Paul – sunt de fapt stânci imense ieșite din apele limpezi le mării. Lipsită de râuri și lacuri, necesarul de apă al Maltei este asigurat de câteva mari stații de osmoză inversă, care transformă apa mării în apă de uz casnic.

Uneori la limita dintre autentic și anecdotic, insula situată într-o zonă strategică de invidiat din Mediterana (în realitate, un mic arhipelag) aplică „marketingul"

(arta și știința de a vinde) prin cultură al propriei identități. Nu vom aminti binecunoscuta și spectaculoasa istorie a Ordinului Cavalerilor Maltei, foști redutabili războinici creștini, ci încercăm să punctăm interesanta metamorfozare a miturilor în legende și întrepătrunderea acestora cu o realitate certă.

În sud-estul insulei Malta (nume provenit de la Helita – insula de miere), satul pescăresc Marsaxlokk reprezintă o reală chintesență a întregului local, conservând tezaure autentice captivante. Deasupra străduțelor pitorești se înalță cu o mândrie suverană cupola roșiatică a Bisericii Notre-Dame de Pompei, însă nu mai puțin atrăgătoare sunt ambarcațiunile inconfundabile ale pescarilor, numite *luzzu*. Plăcut colorate în dungi albastre, galbene și roșii, simbolurile cromatice ale mării, soarelui și curajului, acestea poartă de o parte și de alta a prorei doi ochi frumos conturați – ochii fenicieni ai lui Osiris, mereu atenți – veritabile opere de artă investite în mod tradițional cu protecția oamenilor mării, atunci când aceștia înfruntă întinderea nesfârșită de ape.

Ulise, captiv de lux

Situată la numai 5 kilometri de Malta, insula „soră" a acesteia, mica Gozo, nu e cu nimic mai prejos când vine vorba despre patrimoniu. Fortăreața Victoria sau bisericile presărate pretutindeni în jur sunt o fascinație pentru îndrăgostiții de asemenea vestigii. Totuși, călătoria în istorie duce incredibil de mult înapoi, către timpuri mitice, prin situri de o valoare inestimabilă recunoscută ca atare și de UNESCO. Astfel este complexul templelor megalitice Ġgantija, dedicate zeiței fertilității, cu o vechime apreciată la cel puțin 3.500 de ani înainte de Christos, mai bătrâne chiar și decât piramidele egiptene! Dacă în Gozo miturile sunt legende, este și pentru că pe insulă se află peștera în care nimfa Calypso l-ar fi ținut pe Ulise timp de 7 ani, ca pe un captiv de lux. De vreme ce contrar poveștii homerice aici nu există plopi, chiparoși și viță-de-vie bogată în rod, ascensiunea în cavitatea largă merită un ocol pentru a verifica legenda în care sunt învesmântate astăzi locurile și a admira priveliștea incredibilă oferită asupra Golfului Ramla și a plajei acestuia.

Un interes deosebit trezește și Mdina („orașul tăcut"), fosta capitală a Maltei, considerată una dintre cele mai frumoase cetăți ,edievale locuite din Europa.

Clima foarte blândă și priveliștile care taie răsuflarea, precum și vestigiile istorice admirabil conservate fac ca Malta să constituie un decor ideal de evocare prin cinematografie a Evului Mediu, a Antichității ori chiar a epocilor preistorice. Pelicule de mare succes la public, ca *Troia, Urzeala tronurilor, Crima din Orient-Express, Jurassik World* sunt o superbă „strategie" originală de descoperire a valorilor arhipelagului mediteranean.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 *de locuri de văzut în România*

Peștera Coiba Mare

Peștera Coiba Mare are cel mai mare portal de peșteră din România (nu mai puțin de 47 de metri înălțime și 74 de metri lățime!), dimensiunea acesteia putându-se compara doar cu portalul peșterii Cetatea Ponorului.

Accesul la peșteră se face ușor, dar pentru a o vizita aveți nevoie de surse de lumină. Este accesibilă tot timpul anului, însă în perioade ploioase nu este recomandată vizitarea ei, din cauza riscului inundării pasajelor strâmte, care i-ar putea bloca pe turiști în subteran.

Pentru vizitarea întregii peșteri aveți nevoie de echipament de speologie, întrucât la Coiba Mare există numeroase lacuri și cascade subterane. Peștera are o lungime totală de 5050 metri și cuprinde un labirint de galerii fosile, situate la nivele diferite, de o parte și de altă a galeriei active, în sectorul de la intrare.

Accesul în interiorul peșterii este posibil doar până în prima sala, numită Sala Mare, a cărei dimensiune nu dezminte proporțiile portalului de la intrare. Această se îngustează treptat spre interior, formând un orificiu care, pe o distanță de cinci metri, măsoară circa doar 50 cm în diametru.

De aici, accesul este posibil doar pentru cei experimentați în astfel de explorări și dotați cu echipament special. Apele care se pierd în întunericul peșterii ies la lumina zilei prin Izbucul Tăuzului, la câțiva kilometri în aval. Peștera se găsește în stațiunea turistică Arieșeni, în satul Casa de piatră.

Pentru a ajunge la peșteră plecând din Arieșeni urmați DN75 până în centrul comunei Garda de Sus, apoi cotiți pe drumul comunal din stânga circa 12 km până în satul Casa de Piatră. După ce treceți de case pe drumul principal o să găsiți un mic indicator care vă arată să coborâți spre Coiba Mare. Dar peștera nu este singurul punct turistic din zonă.

La doar 30 de minute de mers pe jos se află Ghețarul de la Vârtop sau Peștera Minunată – pe care, pentru a o vizita, trebuie să luați legătura cu ghidul peșterii, aflat în satul Casa de Piatră. Izbucul Tăuz este un adevărat râu ce izvorăște de sub Piatra Tăuzului. Aici ies la lumină apele intrate în subteran prin peșterile Coiba Mare și Coiba Mică.

Coiba Mică se află în imediata apropiere a Coibei Mari, dar are dimensiuni mult mai modeste. Primăvara, la intrarea în această peșteră se formează un adevărat lac, iar în restul timpului lângă peștera veți găsi o cascadă. Un alt obiectiv interesant este Izbucul Cotețul Dobrești lor, care aduce la suprafață apele pierdute în subteran în platoul Ghețar.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualității

Mănăstirea Dealu

Aflată în județul Dâmbovița, în nord-vestul orașului Târgoviște pe un platou înalt de unde îi vine și numele „Mănăstirea Dealu" are hramurile „Sfântul Nicolae" pentru biserica mare și „Acoperământul Maicii Domnului" pentru paraclis.

Considerată unul dintre cele mai reprezentative așezăminte din epocă, este ridicată la început din lemn, dar suferind ravagiile timpului, este reconstruită din temelie de domnitorul Radu cel Mare și fratele său Vlad cel Tânăr (Vlăduț) între anii 1499-1501 și 1510-1512.

Mănăstirea cade pradă în 1611 acțiunilor distrugătoare ale lui Gabriel Báthory și, în 1689, este din nou distrusă de trupele generalului austriac Heissler. Renovată de Constantin Brâncoveanu în 1713, suferă alte avarii în timpul Războiului ruso-austriac din 1738, acestea fiind reparate în 1800. Alte reparații se fac în 1834 și 1858 înlăturând pagubele provocate de cutremurele din 1802 și 1838.

În timpul domnitorului Gheorghe Bibescu se fac alte reparații între 1845-1852, după proiectele arhitectului Ioan Schlater. Cu acest prilej, în timpul lucrărilor a fost dezgropat un fragment de tun din timpul lui Petru Cercel, fragment aflat acum la Muzeul Militar din București.

În timpul Războiului de Independență clădirile mănăstirii au slujit ca lagăr pentru prizonierii turci iar din 1870 până în 1883 aici a funcționat Școala Divizionară de Ofițeri. Spre sfârșitul secolului a fost adăpostit aici Depozitul de arme al armatei și din 1902 tot aici s-a organizat Școala copiilor de trupă. Între 1912-1940 a funcționat Liceul Militar Nicolae Filipescu iar între 1953-1988 a fost casă sanatorială pentru călugări și preoți bătrâni. Începând din 1953 se fac ample lucrări de restaurare și se construiește paraclisul. După 1989 viața monahală este revigorată, locașul funcționând acum ca mănăstire de maici.

Biserica Sfântul Nicolae, cea mai importantă piesă a ansamblului monahal se remarcă deopotrivă prin eleganță și sobrietate. Este construită din cărămidă cu mortar în formă de cruce și este compartimentată în Altar, naos și pronaos fiind lipsită de pridvor. Pronaosul este despărțit de naos printr-un zid cu o deschidere de trecere mai largă decât o ușă. Catapeteasma, stranele și mobilierul sunt din lemn sculptat iar pardoseala este din plăci de marmură. Ușa de la intrare este flancată de două panouri ale pisaniei. Are trei turle: una mai mare deasupra naosului și alte două, mai mici, pe pronaos.

Toate sunt bogat ornamentate cu motive sculptate.

Exteriorul este împărțit în două registe inegale de un brâu torsionat. Ambele sunt acoperite integral cu plăci de piatră finisate și sunt decorate cu ocnițe prelungi. Acoperișul este din tablă. În jurul locașului sunt câteva clădiri adăpostind stărețția, trapeza, bucătăria, chiliile și clopotnița.

Pictura executată între 1514-1515 de vestitul Dobromir din Târgoviște ajutat de meșterii zugravi Jițian și Stanciu care au folosit și vopsele cu aur, s-a pierdut în mare parte, lucrarea fiind refăcută în 1713 de un meșter al lui Constantin Brâncoveanu. Meșterul se numea tot Constantin și era ajutat de zugravii Preda, Nicolae și Radu. În anii 1985-1990 biserica a fost repictată de părintele Sofian Boghiu de la Antim, iar altarul a fost pictat de Iosif Keber în 1950.

Biserica a slujit și ca metropolă domnească încă din 1456, aici fiind înmormântați: Vladislav cel Tânăr, Vlad Înecatul, Pătrașcu cel Bun, Mihail Movilă și Radu Bodică. În 1603 a fost adus capul lui Mihai Viteazul.

În anii 1912-1913 pentru Radu cel Mare și Mihai Viteazul au fost executate două sarcofage din marmură albă, realizate de Frederic Storck și așezate de o parte și de alta a pronaosului.

Mănăstirea a fost și un important centru cultural. Din 1583 aici se făcea copiere de cărți dar cel mai important eveniment de acest fel a fost instalarea în 1612 a primei tiparnițe românești de către Radu cel Mare (1496-1508). Aici călugărul Macarie a tipărit cu litere chirilice un Octoih, un Liturghier și un Evanghelier. Activitatea tipografică a continuat în vremea lui Matei Basarab și tot aici s-a dezvoltat o puternică școală de caligrafi și miniaturiști.

IRINA STOICA

Renaștere prin cântec

Frecvent impresionați de ceea ce numim spectacolul vieții, perceput aproape exclusiv vizual, prin forme și culori, în realitate există o dimensiune, în curgere permanentă, ce poate defini verbul „a fi”: armoniile sonore, melodicitatea fiecărui element din lumea vie și nevie, acea vibrație invizibilă a aerului care se întâlnește cu eternitatea.

Tradusă în termeni concreți și mereu contemporani cu ființa umană, muzica se manifestă prin compoziții adresate auzului, iar în timp ce vocile sunt unice, alăturarea lor generează adevărate miracole, noi lumi ce se cer a fi dezvăluite și savurate în consecință. Oamenii au trecut prin epoci de efervescență a muzicii corale, din păcate unele fiind „confiscate” de domenii care nu au de-a face cu arta. Ceea ce nu înseamnă că această artă autentică a cântatului nu a existat ori că a fost aruncată în cine știe ce temniță a conștiinței umane.

La un nivel superior, opera ilustrează magia și forța penetrantă a armoniilor sonore corale, însă absolut remarcabile sunt și prestațiile artististice complexe ale corurilor mixte, care umpleau până la refuz, și în România, sălile de spectacole. Avem încă o prezență permanentă în acest sens prin cunoscutul cor profesionist Madrigal, de a cărui faimă se leagă numele maestrului Marin Constantin. Același dirijor a avut, cu multe decenii în urmă, și inspirația creării unui ansamblu similar alcătuit din studenți ai Universității din București. După o serie de performanțe, dar și de sincope „neartistice”, destinul acestuia a intrat pe un făgaș impresionant, primind o identitate inconfundabilă, transformată în renume: Corul mixt „Pro Arte” al Universității București.

Ridicată iarăși din temelii, în anul 1976, ca o reînviere din propria cenușă, noua construcție i-a aparținut foarte tinerei Ligia Balica, pe-atunci aflată în anul II a Conservatorului „Ciprian Porumbescu”. O aparență fragilă, dar stăpânită de o forță incredibilă, prin care a reușit întotdeauna nu doar să coordoneze în mod ideal, ci și să le imprime neprofesioniștilor

membri o personalitate distinctă ce nu s-a lăsat mult așteptată până la primirea confirmării publice binemeritate.

S-a generat astfel un fenomen autentic al universului coral autohton, zecile de „proartiști” devenind nu doar colegi ad-hoc, ci și prieteni, alcătuind o mare familie. În mod cert, tinerețea a fost la vremea aceea unul dintre motoarele ce au propulsat ansamblul pe podiumurile festivalurilor și concursurilor de prestigiu la care a participat.

Cel mai bine poate ilustra acel spirit Pro Arte al membrilor lui, alăturat talentului, dăruirii și plăcerii naturale de a participa la un act de creație estetică, chiar Ligia Balica-Vascan, între timp stabilită cu familia în Statele Unite, însă fără a abandona nicio clipă această realizare profesională de căpătâi: „Corala «fluviu», cum mi-a plăcut mereu s-o numesc, a existat în continuă creștere, nu atât ca număr, cât mai ales în privința calităților muzicale dobândite prin muncă susținută, pasionată, care a rodit minunat, repurtând numeroase succese concretizate în premii naționale și internaționale și având stagiune permanentă de concerte pe scenele de prestigiu ale Capitalei, în țară și peste hotare.”

S-ar putea scrie tomuri întregi despre destinul colectiv al Corului „Pro Arte”, dar esențialul nu poate fi reprodus în cuvinte: sublimul acordurilor muzicale reunite ca zeci și zeci de flori multicolore într-un buchet uriaș oferit oamenilor, sufletului lor, fie pentru a le încânta clipa de magie, fie pentru a le da speranță ori a le alina tristețile vieții.

Dacă unii asimilează ideea de piese corale acelei muzici patriotice convertite în vremuri trecute în ode aflate pe „linia de demarcație” dintre arta adevărată și compromis sociopolitic, nu așa ceva s-a întâmplat cu „Pro Arte”.

Tinerii din acest cor au interpretat compoziții românești și străine ale marilor valori din domeniu (inclusiv colindele atât de cenzurate până acum trei decenii și ceva!), și pe care, de câțiva ani, le fac din nou auzite cu prilejul întâlnirilor generate sub impulsul iubirii pentru muzică al Ligiei.

Fiindcă aici se naște miracolul artei: în cazul „Pro Arte”, vorbim despre revigorarea parțială a ansamblului, la chemarea... de peste Ocean a dirijoarei sale. De altfel, mulți dintre cei care sunt și astăzi prezenți la repetițiile și spectacolele concpute de aceasta vin din depărtări, ca într-o perpetuă întoarcere la origini a sufletelor răspândite prin lumea largă.

Napii de Halloween

Avem plăcerea bizară de a prelua diverse obiceiuri și sărbători de la alte popoare, însă deseori omitem detalii importante. „Seara tuturor sfinților”, mult mai cunoscută sub denumirea de Halloween, este un amestec eterogen de manifestări sacre și păgâne importat dintr-o lume hibridă, dar care se revendică din vechi tradiții celtice păstrate de irlandezii emigrați în Statele Unite în urmă cu două secole.

Tradiția sărbătorii își are originea în vechiul festival celtic „samhain”, când oamenii purtau costume înfricoșătoare și aprindeau focuri de tabără pentru a alunga fantomele.

Se sărbătorește în ziua de 31 octombrie, iar elementul principal al momentului este așa-numitul „felinar al lui Jack”, un dovleac sculptat astfel încât, la aprinderea lumânării din interior, să semene cu un craniu uman.

Lampioanele au fost la început realizate din napi și erau așezate la fereastră pentru a ține departe spiritele malefice, unul dintre cele mai violente fiind cel al unui individ avar și iubitor de băutură, numit Stingy Jack.

Partener de pahar cu însuși diavolul, bărbatul a reușit să îl înșele pe acesta, în cele din urmă el obținând promisiunea că niciodată nu-i va fi dus sufletul în Iad. Dar când viața i s-a sfârșit, nu a fost primit nici în Rai, din cauza numeroaselor sale păcate și de aceea a fost lăsat să pribegească între Rai și Iad, luminându-și drumul cu un felinar făcut dintr-un nap scobit, în care a pus un jăratec primit de la cel pe care îl înșelase.

În realitate, când migranții irlandezi au venit în America de Nord în secolul al XIX-lea, au adus cu ei tradiția de Halloween, obișnuind să scobească napi pentru a-și face felinare care să-i păzească de spiritele rele. În loc de napi au început să folosească dovleci, mult mai ușor de procurat. De asemenea, dovlecii erau mult mai mari și prin urmare mai ușor de sculptat decât napii; în scurt timp, ei au devenit o veritabilă emblemă a Halloweenului.

Premiile cercetărilor ciudate

O „lovitură de grație” asupra civilizației moderne este atribuirea în mod oficial, din anul 1991, a Premiilor Ig Nobel – menite să răsplătească lucrările științifice care îi fac pe oameni întâi să râdă, apoi să gândească. Premiile își propun să onoreze imaginația, să celebreze insolitul și să stimuleze interesul publicului pentru tehnologie, știință și medicină. De remarcat că un fost laureat al premiului IgNobel – Andre Geim, în anul 2000 pentru studiul levitației unei broaște, a primit în anul 2010 Premiul Nobel pentru fizică. Iată câteva dintre premiile anului 2022!

Premiul pentru Cardiologie aplicată: „Eliska Prochazkova, Elio Sjak-Shie, Friederike Behrens, Daniel Lindh și Mariska Kret, pentru că au căutat și au găsit dovezi că atunci când noii parteneri romantici se întâlnesc pentru prima dată și se simt atrași unul de celălalt, ritmul cardiac se sincronizează”.

Testul a fost efectuat pe 71 de perechi din Olanda, la trei evenimente culturale separate. Autorii au prezis că potrivirile se vor sincroniza pe mai multe niveluri de expresie: mișcări motorii, privire, ritmul cardiac și pe măsurile de conductivitate a pielii. La sfârșitul „întâlnirii oarbe”, 34% dintre femei și 53% dintre bărbați și-au exprimat dorința pentru o a doua întâlnire cu partenerul lor, dar sentimentul a fost reciproc în doar 17% dintre perechile aleatorii.

Zâmbetele, râsul, privirea sau imitarea semnalelor nu au fost asociate semnificativ cu atracția, dar creșterile și scăderile în sincronia ritmului cardiac al cuplurilor și a conductanței pielii s-au corelat cu creșterea și scăderea nivelurilor de atracție. Concluzia: inima vrea ceea ce vrea, iar conductivitatea pielii este de acord.

Premiul pentru Economie: „Alessandro Pluchino, Alessio Emanuele Biondo și Andrea Rapisarda, pentru că au explicat matematic de ce succesul, cel mai frecvent, nu aparține celor mai talentați oameni, ci persoanelor mai norocoase”.

Există o credință puternică în cultura occidentală că succesul individual este rezultatul atributelor personale (talent, inteligență, perseverență, pricepere, asumarea de riscuri și munca grea). Drept urmare, avem tendința de a plasa oameni de succes pe piedestale. Ei se relaxează în public, bucurându-se de admirație, dar este și foarte posibil să li se acorde onoruri suplimentare, subvenții, oportunități profesionale; adesea ignorat este însă rolul norocului în determinarea succesului individual.

Unii lucrează mai multe ore decât media, alții mai puțin, dar nimeni nu lucrează de un miliard de ori mai multe ore decât oricine altcineva. Distribuția bogăției urmează o lege a puterii, cu numeroși oameni săraci și puțini miliardari foarte bogați. Acest lucru „sugerează că un ingredient ascuns lucrează în culise”: este norocul aleatoriu, modelul simplu bazat pe agenți pe care autorii l-au dezvoltat pentru studiu.

Nu este vorba că talentul, inteligența, munca grea etc. nu contează, doar că mulți oameni foarte talentați, inteligenți și muncitori sunt adesea depășiți de mediocri, conform „măsurilor” obișnuite ale succesului (faimă, bogăție).

Deci „meritocrația naivă”, atât de răspândită în cultura occidentală schimbă în esență cauza și efectul: doar talentul și munca grea nu vor fi suficiente dacă nu ai norocul să fii la locul potrivit la momentul potrivit!

Premiul pentru Fizică: „Frank Fish, Zhi-Ming Yuan, Minglu Chen, Laibing Jia, Chunyan Ji și Atilla Incecik, pentru că au încercat să înțeleagă cum reușesc bobocii de rață să înoate în formație”.

Studiul inițial a vizat modul în care mișcarea de formare a grupurilor la animale (turmă, cârd ș.a.) ar putea reduce cheltuielile de energie ale indivizilor.

Rățuștele îi transferă mamei sarcina de a prelua rezistența la forța apei și au tendința de a înota într-o formațiune unică.

Cercetătorii au descoperit că bobocii au tendința instinctivă de a „călări pe valurile” generate de rața mamă pentru a reduce în mod semnificativ rezistența.

Studiul răspunde la întrebarea pragmatică despre modul în care puii ce înoată în formație reușesc să reducă consumul de energie al celor individuali.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Ştiaţi că...

◆ ...la ora actuală râsul este cea

mai mare felină din fauna României?

◆ ...cea mai veche hartă din lume a fost realizată în Egipt în timpul domniei faraonului Ramses al II-lea (sec. XIV î.Hr.)? Reprezintă o exploatare minieră.

◆ ...jocul de rugby a fost introdus în România în 1913?

Echipa naţională a fost supranumită „Stejarii".

◆ ...în Oceanul Pacific trăieşte Mixina, un peşte cu patru inimi? Când este atacat răspândeşte substanţe fumigene.

◆ ...Mănăstirea Agapia a fost pictată de Nicolae Grigorescu între anii

1858 şi 1861? Opera de mare valoare artistică a fost începută când pictorul avea 20 de ani.

◆ ...Vaticanul este cel mai mic stat din lume? Are o suprafaţă de 944 km.p. şi 921 locuitori.

◆ ...tabloul lui Rembrandt intitulat „Danae" a fost

distrus în luna iunie 1985? Un vizitator a aruncat pe el acid sulfuric.

Ştiaţi că...

Unul dintre cele mai vechi temple budiste din Tibet, considerat de o sacralitate unică, Templul Jokhang din Lasha este locul de întâlnire a Tibetului cu China şi Nepalul, al budismului cu străvechea religie tibetană Bo (Bön).

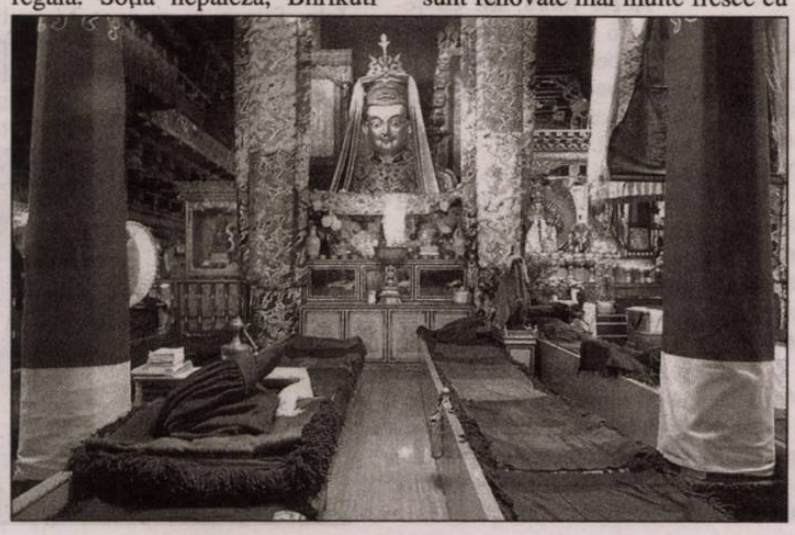
Templul Jokhang

Cel mai vizitat loc din Tibet după Palatul Potala este cunoscut ca „Jokhang" – „Casa lui Buddha", dar şi ca „Zuglagkang" – „casa ştiinţelor magice" sau „casa înţelepciunii".

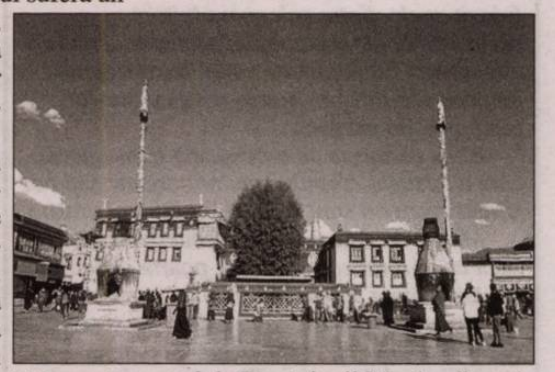
Templul a fost ridicat în jurul anului 642 de regele Tibetan Songtsen Gampo, cel care a stabilit capitala ţării la Lasha şi a început construcţia Palatului Potala. Templul este rezultatul muncii a mii de meşteri din Nepal şi un amestec arhitectural între stilul indian Vihara, stilul chinezesc al perioadei Tang şi cel nepalez.

Construcţia a fost ordonată de rege pentru cele două soţii ale sale, ambele budiste şi de origine regală. Soţia nepaleză, Bhrikuti aducea cu ea o statuie a lui Buddha, aşa-numita statuie Jowo, iar soţia chinezoaică Tang Wencheng venea cu o alta mult venerată de credincioşi. Statuia Jowo este vestită mai ales prin faptul că a fost realizată în timpul vieţii lui Buddha şi a fost binecuvântată de acesta, producând miracole.

În 1961 templul a fost înregistrat pe lista monumentelor de interes naţional de Consiliul de Stat din China. În 1966, la începutul Revoluţiei Culturale de la 6 august, gardienii Gărzilor Roşii (organizaţi de comuniştii chinezi) încep profanarea templului. Acesta este jefuit şi transformat în bază şi adăpost pentru gardieni, iar în 1968, aici au loc lupte crâncene. În cele din urmă este ocupat de Armata Populară de Eliberare, dar evenimentele l-au transformat într-un câmp de ruine. Lucrările de restaurare încep din 1972, când este curăţată clădirea centrală şi sunt renovate mai multe fresce cu ajutorul unor supravieţuitori. Este redeschis publicului din 1980 dar restaurările se termină abia în 1990.



La 17 februarie 2018, în timpul Anului Nou, templul suferă un incendiu major dar, fiind închis, nu există victime omeneşti, iar distrugerile sunt remediate în scurt timp.



Templul este un complex de capele, clădirii rezidenţiale şi de servicii. Ocupă o suprafaţă de 25.000 m.p. iar centrul său, cea mai veche parte a construcţiilor, este un patrulater cu latura de 44,5 metri. Este separat de restul cldirii printr-un coridor procesional, iar intrarea se face prin patru uşi aşezate în dreptul celor patru puncte cardinale. Camerele sale sunt dispuse în jurul unei curţi centrale, deschise. Se înalţă pe patru niveluri şi este acoperit cu ţigle de bronz aurit, ridicat din cărămidă şi lemn, inspirat din arta indiană. Este singurul martor al arhitecturii indiene din lemn care a supravieţuit mai bine de un mileniu şi jumătate. Pe lângă miile de suluri pictate, sanctuarul conţine şi circa 500 de statui metalice care însă sunt ţinute în încăperi speciale, nefiind expuse publicului.

Templul este, de secole, centru al pelerinajului budist. Credincioşii vin din toate colţurile lumii, trec prin faţa statuilor lui Budha, pun ulei în candelele cu unt, fac mătănii şi se roagă smeriţi în tăcere. Aici are loc cel mai mare festival religios din Tibet – festivalul „Rugăciunii Monlam", unde se strâng mii de călugări pentru incantarea de rugăciuni şi ritualuri religioase, însoţite de tradiţionalele dansuri tibetane numite „Cham".

Importanţa templului nu s-a limitat doar la domeniul religiei, acesta servind şi ca sediu al Consiliului Guvernator al Tibetului – Kashag – între anii 1644 şi 1911.

Simboluri ale umanităţii

Circe

Simbol al femeii care exercită o puternică fascinaţie asupra bărbaţilor, atât prin frumuseţe cât şi prin mijloace magice, Circe, este o zeiţă vrăjitoare din mitologia greacă. Fiică a zeului solar Helios şi a Oceanidei Perse, este soră a regelui colhilor Aietes şi a reginei cretane Pasiphae. Numele ei (Kirke în greacă) înseamnă pasăre de ogradă.

Tânără şi frumoasă, locuieşte într-un ţinut misterios,

pe o insulă numită Aiaie, identificată în Italia. I s-a atribuit puterea de a-i transforma pe oameni în animale utilizând droguri şi descântece. Cei mai mulţi devin lupi şi lei care apoi dau târcoale palatului, dar pe însoţitorii lui Odiseu (Ulise) i-a prefăcut în porci atingându-i cu o baghetă.

Odiseu n-a putut fi vrăjit deoarece primise în dar de la Hermes planta numită Moly care dezlega toate farmecele. Cu ajutorul ei a reuşit să se protejeze de puterile lui Circe şi a obligat-o să redea înfăţişarea umană tovarăşilor lui. Sedus de zeiţă a rămas pe insulă un an după care a plecat continuându-şi călătoria spre Ithaka.

Complexul mulinologic de pe Cheile Rudăriei

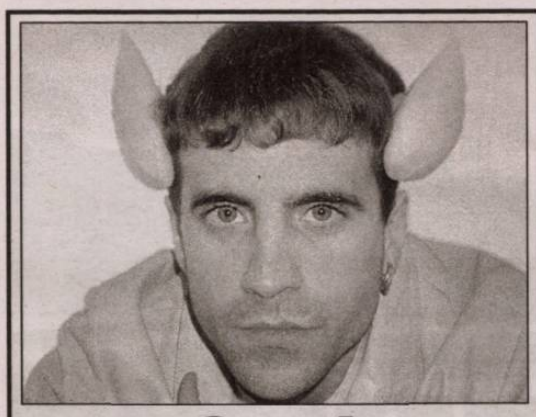
Morile de apă din comuna Eftimie Murgu, construite în secolul al XIX-lea, au fost incluse în Patrimoniul Mondial UNESCO şi constituie cel mai mare complex de mori din sud-estul Europei.

Comuna, cunoscută ca „Rudăria", după numele râului ce trece prin localitate, din judeţul Caraş-Severin, a dezvoltat acest parc cu mori care se întinde pe o distanţă de circa trei kilometri.

În 1874 funcţionau 51 de mori din care s-au păstrat 22 pe o parte şi cealaltă a râului. Construite exclusiv din lemn şi cu sisteme hidraulice primitive, sunt încă folosite de localnici.

În anul 2000 complexul a fost restaurat de Muzeul „Astra" din Sibiu, cu ajutorul unei finanţări europene.

Pagină realizată de IRINA STOICA



Omul „trans-specie”

Fanteziile considerate utopii pure devin tot mai frecvent realități cât se poate de serioase și verificabile științific. Cine își mai amintește astăzi de faimosul Ychtiandro, „omul-amfibie” înzestrat cu branhii (dar și cu suflet!), ori de laboratorul profesorului Dowell?

Un artist și activist trans-specie spaniol din Barcelona, în vârstă de numai 28 de ani, a folosit unele dintre cele mai uluitore performanțe ale tehnologiei moderne, pentru a transforma ființa umană astfel încât să poată percepe schimbările meteorologice într-un mod greu de imaginat.

El se definește ca o persoană trans-specie, care a adăugat corpului său noi organe sau noi simțuri care nu sunt în mod tradițional umane.

Manel de Aguas Muñoz beneficiază de ceea ce în mod convențional poartă denumirea de „înotătoare meteorologice”, o pereche de organe artificiale implantate de o parte și de cealaltă a capului, asemănătoare cu două cochilii mari de scoici albe, atașate de oasele temporale, deasupra urechilor. Dispozitivul denumit Weather Fins este conectat la creierul lui Manel prin circuite speciale, servind astfel drept organe funcționale ce îi permit acestuia să detecteze modificările de temperatură, umiditate și de presiune atmosferică.

Într-o explicație pentru publicația virtuală Ripley, tânărul a declarat că designul „aripioarelor meteo” este definit prin două părți diferite: designul simțurilor și designul organului. Cel dintâi este constituit prin „stimulii pe care îi percep, fiind inspirat de sunetele subacvatice și îmi permite să experimentez atmosfera ca și cum aș fi scufundat într-o mare. Designul organului – forma părții corpului – a fost inspirat de aripioarele peștilor zburători. Mi-a luat aproximativ o lună să mă obișnuiesc cu noii stimuli și ceva mai mult să mă acomodez cu o nouă parte a corpului fizic... Mă simt ca și cum sunt scufundat într-un mediu lichid ce își schimbă constant proprietățile.”

În plus, Manel a mărturisit că un beneficiu neașteptat constă în faptul că îi sporesc empatia față de natură și de toate celelalte specii non-umane.

Curajul unei femei

Torcé-en-Vallée este o localitate rurală situată între Paris și Le Mans, unde trăiesc aproape 1.500 de oameni. Între aceștia se numără și Yvette Moinié, o femeie trecută de 91 de ani, vârstă pe care însă nu o arată. Una dintre explicații se referă la viața sportivă pe care o duce și, mai mult, la curajul nu tocmai la îndemâna oricui cu care se implică în activități cu totul insolite.

Chiar nebunești! – ar putea veni o replică încuviințată de altfel chiar de către protagonistă. „Recunosc că am în mine un pic de nebunie”, a declarat amuzată nonagenara, după ce tocmai efectuase un salt de bungee jumping – o activitate recreativă ce presupune săritura cu capul înainte de pe o structură înaltă, cu un cablu elastic atașat de picioare.

Pe 8 octombrie – „Octombrie roz”, ziua luptei împotriva cancerului de sân, Yvette a sărit de pe viaductul Saint-Georges-le-Gaultier, atârnând de o frânghie elastică.

Un salt de aproximativ 45 de metri ce a reprezentat de fapt o modalitate spectaculoasă de a stimula creșterea gradului de conștientizare cu privire la testul de prevenție a cancerului de sân. Însă nu doar doza de „nebunie” asumată de curajoasa femeie a constituit motorul acestui act. „Am prietene care sunt sau au fost afectate de această boală și nu i-au supraviețuit”, a mărturisit ea. Pe de altă parte, s-ar putea crede că Yvette are o experiență considerabilă în bungee jumping, ceea ce nu e deloc adevărat, ea antrenându-se doar din luna septembrie până la saltul de pe viaduct, timp în care a acumulat patru sărituri.

Michel Chauteau, vecinul și prietenul său, a urmărit totul... de pe pământ solid. „Nu a scos niciun strigăt, a observat el. Sunt mulți care țipă.” Michel o admiră, dar recunoaște că nu ar putea face așa ceva. Nu, deocamdată! „Voi aștepta până împlinesc vârsta ei ca să o fac, a glumit bărbatul și a adăugat: E groaznic, trebuie oprită!” Știe însă că e cam târziu pentru asta, întrucât Yvette are deja în minte o nouă provocare: săritul cu parașuta, dacă este posibil, înainte de anul 2023.

Familia cu pielea albastră din Kentucky

O familie din Trables Creek, Kentucky, Statele Unite, a continuat să transmită urmașilor gena pielii albastre, perpetuând un ciclu continuu de membri pentru o lungă perioadă de timp. Totul a început cu Martin Fugate, un francez orfan, care a ajuns în această zonă, care pe vremuri era una rurală slab populată, neavând drumuri ori căi ferate.

Se spune că din acest motiv cei din familia Fugate au început să se căsătorească între ei, transmițându-și astfel „în familie” moștenirea genetică. Primul pas în această direcție l-ar fi făcut chiar Martin, prin căsătoria sa în 1820 cu o anume Elisabeth Smith, purtătoarea genei responsabile pentru această bizară culoare a pielii.

Pe de altă parte, Martin avea un defect genetic foarte rar, numit methemoglobinemie, care afectează doar 0,0035% din populația

lumii și înseamnă că sângele nu transportă suficient oxigen în tot corpul.

Acest lucru are ca rezultat o culoare maro-sângerie, ceea ce înseamnă că pielea pacienților albi poate deveni albastră, iar buzele lor pot deveni violet. Martin și Elizabeth au avut șapte copii, patru dintre ei fiind născuți cu pielea albastră din cauza genei methemoglobinemiei recesive.

Boala nu ar fi afectat viitorii copii, dacă nu s-ar fi realizat căsătorii în familie. Dar, pentru că trăia în izolare, familia Fungate nu s-a amestecat cu alte persoane și s-au căsătorit în special verii între ei.

Zachariah, unul dintre copiii lui Martin și ai Elisabethei, s-a căsătorit în mod ciudat cu propria lui mătușă, iar un alt fiu s-a căsătorit cu o verișoară apropiată. Mai târziu, fiul lui Zachariah, Levy, s-a căsătorit cu o verișoară, împreună având-o pe Luna Fugate, cea care a fost numită „cea mai albastră femeie văzută vreodată”.

Luna s-a căsătorit cu John Stacey și au avut 13 copii, unul dintre urmași fiind Ben (născut în 1975), cel care și-a urmărit descendența de-a lungul mai multor generații, până la Martin. El lucrează ca manager de instalație de apă la Universitatea din Fairbanks, obținând și o diplomă în managementul faunei sălbatice.

Ben s-a născut cu pielea albastră și, deși nuanța s-a estompat curând, însă buzele și unghiile îi deveneau din nou albastre în copilărie, când se înfuria ori îi era frig. Timp de șase generații membrii familiei Fugate au avut pielea albastră, un hematolog (Madison Cawein) contribuind la dezlegarea acestei enigme.

Cangur furios

O ființă care iese în evidență prin anumite însușiri pozitive nu are în mod obligatoriu numai astfel de calități atrăgătoare, cazul simpaticului animal considerat principala efigie a Australiei – cangurul. Acest animal deosebit e capabil și de „fapte” violente ce pot da fiori. Motivul nu are la origine vreo pornire caracteristică speciei, dar în cazurile absolut izolate semnalate până acum, provine din instinctul firesc. Ne referim la atacarea și uciderea, în urmă cu câteva săptămâni, a unui bărbat de către cangurul sălbatic pe care îl ținea ca animal de companie.

Victima, în vârstă de 77 de ani, locuia în Redmond, la circa

400 de kilometri sud de Perth (Australia) și a reușit să alerteze echipele de intervenție prin intermediul unei rude.

Ambulanța a sosit în cel mai scurt timp, însă paramedicii s-au lovit de aceeași agresivitate nefirească a animalului, care nu i-a lăsat să se apropie de bărbatul rănit foarte grav. Poliția s-a văzut forțată să împuște marsupialul, dar a fost prea târziu pentru bărbat, care nu a mai ajuns în viață la spital.

Poliția presupune că victima deținea cangurul sălbatic ca animal de companie, în condițiile în care există restricții legale în ceea ce privește deținerea de animale de companie din fauna nativă australiană.

Specialiștii au declarat că astfel de animale pot deveni foarte violente, nu numai atunci când se simt amenințate și furioase, ci și dintr-un motiv mai greu de anticipat: cangurul are în mod natural poziție bipedă, iar o postură verticală a omului poate constitui o provocare pentru cangurul mascul.

Reacțiile imprevizibile pot deveni astfel foarte periculoase, întrucât marsupialul are picioarele și coada foarte puternice, împreună cu ghearele și dinții ascuțiți. Cazul rarisim din luna septembrie ar fi primul atac mortal al unui cangur asupra unui om, din anul 1936 încoace.

În martie, o fetiță s-a ales cu grave răni la cap, în urma unui atac, în New South Wales, iar în iulie o femeie de 67 de ani a suferit plăgi deschise și o fractură la picior, după o agresiune similară în timp ce se plimba în Queensland.

Potrivit experților, astfel de situații (în care nu sunt implicați doar canguri) apar în primul rând din cauză că dezvoltarea urbană, și în Australia, invadează din ce în ce mai mult habitatele sălbatice.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

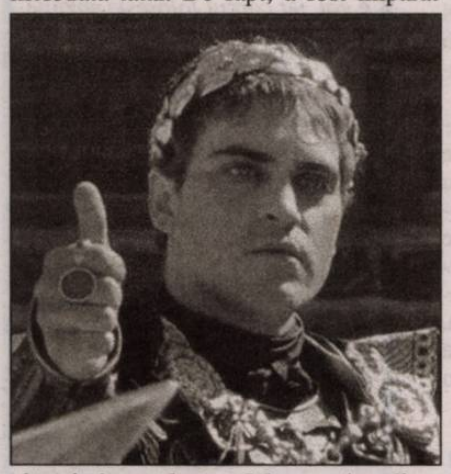
Premianţi la filme, repetenţi la istorie

Toată lumea iubeşte o dramă istorică bună. Cu toate că în fiecare an o altă dramă ia cu asalt premiile Oscar, asta nu înseamnă că Hollywoodul face o favoare subiectelor istorice.

Este timpul să aflăm mai multe despre cât de puţină istorie autentică a intrat în unele dintre cele mai de succes şi mai premiate drame istorice din toate timpurile.

Commodus
Film: Gladiatorul (2000)

Deşi Commodus a fost un împărat teribil, care a sucombat în nebunie la sfârşitul domniei sale, el nu şi-a ucis niciodată tatăl. De fapt, a fost împărat



alături de tatăl său, Marcus Aurelius, timp de trei ani, în adolescenţă, până la moartea lui Aurelius.

Deşi oamenii critică de mii de ani domnia lui Commodus, iar interpretarea lui Joaquin Phoenix este demnă de personajul real, Commodus nu şi-a ucis niciodată tatăl.

Isabella a Franţei
Film: Inimă neînfricată (1995)

Nu numai că William Wallace şi Isabella a Franţei nu s-au întâlnit niciodată în viaţa reală, dar filmul a redus o regină foarte vicleană şi inteligentă pe plan politic la un simplu obiect romantic. În timpul evenimentelor istorice din care a fost inspirat filmul *Inimă neînfricată*, al

lui Mel Gibson, Isabella avea în jur de trei ani şi trăia fericită în Franţa. În plus, Wallace a fost executat înainte ca Isabella să se mărite cu moştenitorul tronului Angliei, aşa că în mod sigur ea nu şi-a înşelat niciodată soţul şi nu a avut un copil cu eroul scoţian.

Elisabeta I a Angliei
Film: Elisabeta: Epoca de aur (2007)

Acesta este considerat de aproape toată lumea un film slab. În timp ce unii oameni apreciază estetica elisabetană complicată şi exagerată a regizorului Shekhar Kapur, nimeni nu ar plasa această producţie într-un film al dramelor istorice de succes. El este plin de inexactităţi istorice, inclusiv prezentarea Elisabetei echipată cu armură şi punerea ei să călărească pentru a da o versiune cât mai impresionantă a unuia dintre cele mai faimoase discursuri ale sale către soldaţi.

Franklin D. Roosevelt
Film: Pearl Harbor (2001)

Probabil că nu ar trebui să te aştepţi la prea multe de la un film care a transformat Pearl Harbor într-un triunghi amoros şi plictisitor, dar măcar de-ar fi acesta singurul dezavantaj al filmului! După ce a contractat poliomielită la vârsta de 39 de ani – cu mult înainte de a intra în funcţie – Franklin Delano Roosevelt şi-a petrecut cea mai mare parte a vieţii într-un scaun cu rotile. Potrivit unor surse, preşedintele nu a putut să meargă decât pe distanţe scurte, cu ajutorul unui baston şi sprijinit. Faptul că acest film îl înfăţişează stând în picioare pe cont propriu este absolut ridicol.

Cleopatra
Film: Cleopatra (1963)

Diferite cronici istorice spun lucruri diferite despre înfăţişarea Cleopatrei, iar multe dintre acestea sunt scrise după moartea ei, aşa că nu pot fi de încredere. Unele relatează că era destul de drăguţă, în timp ce altele susţin că arăta absolut banal, dar era atât de strălucitoare şi fermecătoare încât bărbaţii se înghesuiau să-i stea în preajmă.

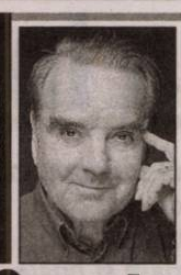
Există câteva posibile portrete ale ei care ni s-au transmis, dar regina egipteană arată diferit, de la unul la altul. Nimeni

nu ştie cu siguranţă cum a fost ea în realitate.

Dar indiferent de atractivitatea ei – o calitate nemăsurabilă ca atare – cu siguranţă că urmaşa generalului macedonean Ptolemeu nu arată ca Elizabeth Taylor, fie şi din simplul motiv că era blondă – aşa cum relevă majoritatea surselor antice.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET



Mircea Constantinescu

Acest talentat actor s-a născut pe 24 ianuarie 1952 la Bucureşti. A absolvit IATC I.L. Caragiale Bucureşti în 1975, la clasa profesoarei Sanda Manu. În acelaşi an este repartizat la Teatrul de Stat din Oradea, unde începe să fie distribuit în general în roluri de tânăr răzvrătit, nonconformist, rebel. Rolul care avea însă să îl lanseze a fost AA, din piesa *Emigranţii* de Sławomir Mroüek.

Pentru acest rol, Constantinescu a primit în 1977 premiul pentru interpretare la Festivalul de Teatru de la Piatra Neamţ. În 1975 are loc premiera mondială a piesei *Fontana di Trevi* de Gian Lorenzo Bernini la Teatrul de Stat Oradea, piesă unde Mircea Constantinescu este şi interpret, şi asistent de regie.

Ultimul spectacol în care actorul joacă la Teatrul din Oradea este un one-man show din 1980, *Strângând a vremii trudă într-un ceas,* conceput de actor pe baza unor texte scrise de mari autori ai lumii, precum Anton Cehov, William Shakespeare, Ion Luca Caragiale, Mihai Eminescu, Maxim Gorki, Eschil, Johann Wolfgang von Goethe, Jean-Paul Sartre etc.

Ideile transmise de acest spectacol au fost că arta nu imită, ci creează viaţă, iar teatrul este mai mult decât viaţă.

În 1981 vine prin concurs la Teatrul Odeon din Capitală, unde joacă şi în prezent cu aceeaşi dăruire. Aici a evoluat în zeci de spectacole, de la *Pălăria florentină* de Eugene Labiche şi *Avea două pistoale cu ochi albi şi negri* de Dario Fo la *Ascensiunea lui Arturo Ui poate fi oprită* de Bertolt Brecht sau *Alchimistul* după Paulo Coelho.

În calitate de colaborator al Teatrului Naţional Radiofonic, a interpretat mai bine de 100 de roluri. În 2009 devine doctor în teatru cu lucrarea *De spectaculis* şi a fost profesor asociat în cadrul UNATC I.L. Caragiale Bucureşti începând din 1985 până în 2017. A jucat, totodată, în filme precum *Bietul Ioanide, Ştefan Luchian, Pas în doi, Rochia albă de dantelă, Omul zilei* sau *Trenul vieţii.*

Reviste

Călătorie pe Dunăre

Scriam în urmă cu o săptămână despre scrisoarea din exil a cărturarului paşoptist Ion Heliade-Rădulescu, publicată în numărul 8 al revistei de cultură Luceafărul de dimineaaă, a Uniunii Scriitorilor din România. În această săptămână m-am oprit asupra unui alt scriitor paşoptist român şi anume Dimitrie Bolintineanu. Revista Luceafărul de dimineaţă reproduce în numărul 8, câteva pagini din jurnalul de călătorie al lui Bolintineanu, extrase din volumul „Călătorii pe Dunăre şi în Bulgaria, Tipografia naţională a lui Iosif Romanov et Comp., Bucureşti, 1858".

„Merserăm să vizităm fortereţa Fetişlan dupe malul Dunărei din Serbia, unde ne aflam. În Serbia se mai află cinci fortăreţe ocupate de cîte o garnizoană turcească. Această fortereţă este una din cele cinci; cîţiva turci ostaşi şi neguţători locuiesc fortereţa şi seamănă mai mult cu nişte prinşi decît cu nişte concheranţi. Zidurile cetăţei sînt dărăpănate, stradele strimte şi deşarte, casele îngenuncheate pe pămînt, în scurt fizionomia cetăţei îţi însuflă întristare. Toate cetăţile turceşti dupe malul Dunărei, din cauza tractatului cu ruşii ce opreşte orice reparaţii a se face, sînt în stare de dărăpănare. Fizionomia lor şi a lăcuitorilor e mizerabilă... Această fortereţă îmi aduse aminte de cîţiva ani înainte, atunci cînd, conduşi de turci, din cetate în cetate, rămaserăm aici trei zile sub gardă. Era după ocupaţia ţărilor de turci şi de ruşi, dupe evenimentele de la 1848 (...). La 13 septemvrie se trimiseră mulţime de deputaţi în tabăra turcească, a cării avangardă descălecase la porţile Cotrocenilor. Între aceşti deputaţi mă aflam şi eu. Cu deputaţii guvernămîntului de atunci se uniră cîteva sute de oameni, de toate clasele, credinţile şi colorile. Unii în trăsuri, alţii pe jos, semănam cu o procesie. Trecurăm printr-o mare de popol ce se adunase aproape de tabără şi ne duserăm drept sub un cort. Îndată ce ajunserăm aici, un regiment de soldaţi turci, ce făceau două ziduri în cele două părţi ale locului unde se afla tabăra, ne prezintă armele. Fuadefendi, trimisul Porţii, citi un ferman conform cu răspunsul ce dase mai nainte deputaţilor români la Constantinopol, adică să restabileze ordinea legală sub căimăcămia unui boier român din partida antinaţională. Doi deputaţi români, N. Bălcescu şi Ion Ionescu, crezură să se apere de acuzările ce se făcea prin ferman că mişcarea era într-un spirit socialist. Dar nu fură ascultaţi. Într-un minut, atît deputaţii popolului, cît şi toţi acei români ce-i urmaseră se văzură înconjuraţi de două ziduri de baionete. Afară din acest ocol, sub alt cort, se aflau toţi boierii din partida contrarie. Cei arestaţi petrecură cîteva oare în această poziţie pînă seara".

După ce relatează peripeţiile celor ţinuţi sub arme în garnizoana turcească, Bolintineanu încheie rândurile cu câteva aprecieri asupra reacţiei ţăranilor români fugiţi în Bulgaria: „În cursul călătoriei noastre avurăm cîteva întîmplări curioase, pe care însă îmi place a le trece sub tăcere. Voi spune însă despre cele ce ni se întîmplă cu ţăranii români fugiţi în partea Bulgariei.

Aceşti nefericiţi, văzîndune prinşi şi duşi de turci, îşi închipuiau că eram din acei oameni răi şi asupritori ai săracilor, de urgia cărora se vede că ei dezertaseră, căci ori de cîte ori gimia se oprea la cîte un sat, oamenii ne ieşeau înainte şi ne blestemau în termeni ce ne făceau să înţelegem că ei credeau că sîntem nişte tirani ai ţăranilor. Această a lor credinţă, dupe cum se vede, era rezultatul propagandei ce făceau printre dînşii conducătorii noştri, ca printr-aceasta să se asigure ei mai mult. Noi îi auzeam şi îi plîngeam. Şi ce puteam aştepta mai bine de la nişte oameni înşelaţi şi fără cunoştinţe, cînd văzuserăm alţi oameni cu altă creştere făcînd ca dînşii. Cel puţin, cei dintâi erau de bună-credinţă".

GEORGE CUŞNARENCU

Boala inflamatorie intestinală

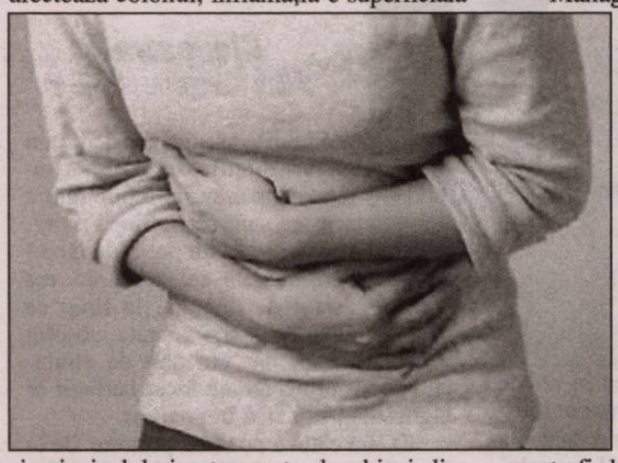
Termenul de boală inflamatorie intestinală este un concept care include două boli inflamatorii cronice: colita ulceroasă şi boala Crohn. Ambele se manifestă gastrointestinal prin dureri abdominale recurente, scădere în greutate şi diaree cronică.

Studiile au arătat că boala inflamatorie intestinală provoacă, printre altele, probleme ale articulaţiilor, ale ţesuturilor moi, ale pielii şi ficatului. Deşi bolile inflamatorii nu sunt de obicei fatale, ele limitează şi compromit viaţa pacientului.

O investigaţie medicală asupra a 42.647 de pacienţi cu boală inflamatorie intestinală a dus la concluzia că incidenţa a fost de 86 de cazuri la 100.000 de pesoane, cu o prevalenţă ceva mai mare la femei (58%). În ceea ce priveşte grupele de vârstă, de la 30 la 34 de ani, prevalenţa bolii creşte progresiv numărul de pacienţi cu diagnostic, dar majoritatea cazurilor se întâlnesc la populaţia între 70 şi 74 de ani. Dacă se face o distincţie între cele două tipuri de boală inflamatorie intestinală, numărul de pacienţi este considerabil mai mare în colita ulceroasă.

Până în prezent, nu există o cauză identificată a bolii inflamatorii intestinale. Se crede că este un amestec de factori genetici, imunologici şi de mediu. Pentru cercetători, această patologie este complexă genetic, deoarece nu poate fi atribuită unei cauze unificate.

Dovezile epidemiologice indică faptul că este mai frecventă în ţările dezvoltate; cu toate acestea, o explicaţie ar putea fi dificultatea accesului la serviciile de sănătate în alte ţări, mai sărace. Colita ulceroasă afectează colonul, inflamaţia e superficială



şi principalul simptom este de obicei diareea.

La rândul ei, boala Crohn poate afecta alte părţi ale tractului digestiv, inflamaţia poate compromite straturile profunde ale ţesuturilor afectate, generează probleme articulare grave şi principalul simptom este de obicei durerea abdominală.

În prezent, nu există un medicament care să elimine boala, însă există tratamente ce pot îmbunătăţi calitatea vieţii pacienţilor şi în fiecare zi se fac progrese legate de modul în care acţionează această patologie în organism. Boala inflamatorie intestinală are perioade de remisie şi reactivare, dar este important ca pacientul să fie întotdeauna cu un pas înainte, să nu-şi oprească niciodată tratamentul şi să-şi consulte medicul cu privire la orice decizie.

Managementul bolii inflamatorie intestinală depinde de medicul curant şi de gradul bolii. În cazul în care boala este moderată spre severă şi nu a răspuns adecvat la tratamentele convenţionale, sunt indicate medicamentele biologice, care se administrează de obicei intravenos sau subcutanat.

Fiind vorba despre o boală cronică, pacientul poate ajunge la un moment dat în situaţii neplăcute cu care nu este obişnuit. Se confruntă cu oboseală, dureri abdominale severe, efecte secundare ale tratamentului, modificări ale dietei. Evident, acest lucru poate fi destul de dezagreabil, dar este important de precizat că nimeni nu este singur.

Există medici care tratează cu compasiune, familii motivate de iubire şi alte reţele de sprijin care pot fi de mare ajutor pentru pacient, subliniază specialiştii. De asemenea, trebuie cunoscut şi faptul că semnele de avertizare care impun prezentarea neîntârziată la consult includ dureri abdominale, sânge în scaun, diaree constantă, greaţă, scădere în greutate inexplicabilă şi febră pentru mai mult de o zi sau două fără o cauză identificată.

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

Când consumăm fructe?

Este de preferat să consumăm fructe organice din zona în care ne-am născut şi am trăit/trăim, variat, în funcţie de anotimp, astfel încât organismul să beneficieze de toate complexele de vitamine şi minerale.

Frecvent, se pun următoarele două întrebări, la care răspunsul este acelaşi: – Cât timp trebuie să treacă de la consumarea oricăror alimente până la mâncarea fructelor? şi – Cât timp trebuie să treacă de la consumarea fructelor până la mâncarea oricăror alimente? Răspunsul este acelaşi: atât timp cât e necesar ca stomacul să fie gol.

Dimineaţa este un moment potrivit să consumăm fructe, atunci digestia fiind mai rapidă; după o noapte întreagă, stomacul e gol, iar corpul foloseşte enzime diferite pentru a digera fructele.

Totodată, dimineaţa, organismul are o mai mare capacitate de a absorbi vitaminele, fibrele şi carbohidraţii de care are nevoie şi totodată are nevoie de încărcătura energetică foarte mare, pe care i-o oferă fructele.

Consumând timp de două săptămâni, la micul dejun, numai fructe, pe săturate, cu o alimentaţie raţională la celelalte mese, vom ajunge la o detoxifiere a organismului şi vom simţi însemnatele efecte benefice ale acesteia. Această regulă rămâne valabilă şi pentru cazul în care se consumă fructe pe parcursul zilei.

Fructele sunt alimente alcaline, dar care se oxidează şi devin acide când intră în contact cu sucurile gastrice menite să digere alimentele. Fructele nu trebuie consumate în loc de desert, deoarece îşi pierd din calităţile nutriţionale, iar digestia va fi îngreunată.

Consumul lor trebuie să se facă numai după ce alimentele din stomac au fost digerate, după ce stomacul s-a golit, deoarece numai atunci ele nu vor mai stagna, nu vor mai fermenta în stomac şi nu vor mai produce gaze şi toxine.

Foarte important: fructele trebuie consumate singure, nu combinate cu alte alimente, pentru că numai atunci stomacul va absorbi uşor nutrienţii din ele. Dacă le combinăm cu grăsimi, amidon sau proteine, e posibil să ne confruntăm cu probleme digestive, deoarece zaharurile din fructe nu se digeră la fel de uşor, ci rămân în stomac mai mult timp şi încep să fermenteze.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

În week-end, NU LENEVIŢI!

Multe persoane care au un serviciu abia aşteaptă sfârşitul de săptămână pentru a zăbovi dimineaţa mai mult în pat, fără presiunea... ceasului deşteptător pentru o nouă zi de muncă. Un grup de cercetători de la Universitatea Colorado, SUA, susţine însă că dormitul prelungit la sfârşit de săptămână poate provoca mai mult rău decât bine, putând fi de fapt contraproductiv.

Echipa de cercetare condusă de dr. Cristopher Depner a observat tiparele de somn şi comportamentul a 36 de adulţi sănătoşi pe o perioadă de nouă nopţi, ei fiind apoi împărţiţi în trei grupuri: unul căruia i se permitea să doarmă nouă ore pe noapte, un altul care a avut dreptul la cinci ore de somn pe noapte şi ultimul, care a dormit „combinate" – cinci ore pe noapte în timpul săptămânii şi cât au vrut în week-end.

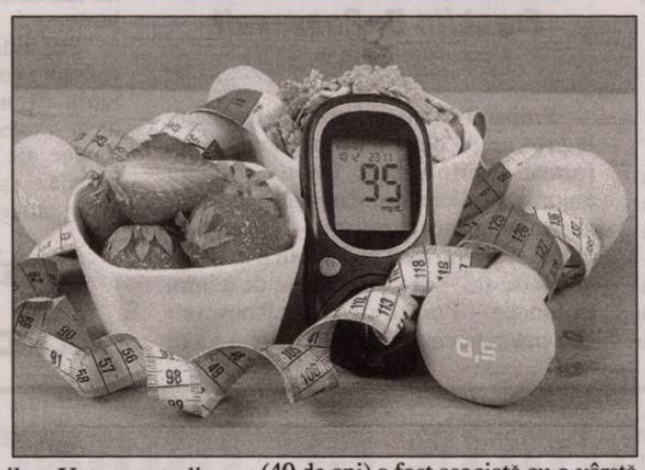
Rezultatele au arătat că dormitul mai mult în week-end nu are de fapt niciun impact pozitiv asupra metabolismu-

lui organismului; de fapt, tinde să se întâmple opusul. Dormitul o perioadă lungă de timp este de fapt destul de dăunător, iar cercetătorii au observat o scădere a sensibilităţii la insulină, ceea ce înseamnă că organismului i-a fost mai greu să descompună zahărul din organism.

De ce se întâmplă aşa? Creierul nostru se pare că experimentează ceva similar cu diferenţa de fus orar, între zilele lucrătoare şi week-end. Această întârziere duce la o desincronizare, deoarece somnul împiedică corpul să fie expus la lumina dimineţii.

Prin urmare, este de fapt mai bine să te trezeşti mereu cam la aceeaşi oră, astfel încât corpul şi creierul să nu fie nevoite să revină într-un alt ritm în fiecare săptămână. Trezindu-te regulat, poţi învăţa să combaţi oboseala care te-ar putea ajuta să dormi mai puţin, dar să te simţi mai reconfortant.

Diagnosticarea diabetului şi menopauza precoce



Persoanele care trăiesc cu diabet sunt expuse unui risc mai mare de a avea o serie de afecţiuni de sănătate, inclusiv probleme cu ochii şi picioarele, atacuri de cord şi accidente vasculare cerebrale, precum şi leziuni ale rinichilor şi nervilor. Un nou studiu sugerează că femeile cu cât mai devreme devin diabetice, cu atât mai devreme vor intra probabil la menopauză.

În ultimele decenii, incidenţa diabetului de tip 1, tip 2 şi a diabetului gestaţional a crescut constant. Ca efect, se aşteaptă ca mai multe femei decât oricând să-şi petreacă o proporţie mai mare din viaţa reproductivă trăind cu un diagnostic de diabet.

O serie de studii au evaluat anterior riscul de a dezvolta diabet zaharat postmenopauză, dar acest nou studiu, care a urmărit peste 11.000 de femei, a căutat să elucideze implicaţiile pe termen lung ale diabetului premenopauză asupra sănătăţii reproductive a femeilor, inclusiv la vârsta lor la menopauza naturală.

Pe baza analizei, cercetătorii au descoperit că vârsta timpurie de diagnosticare a diabetului de tip 1 (40 de ani) a fost asociată cu o vârstă mai târzie la menopauza naturală, în comparaţie cu persoanele care nu aveau diabet; nu a fost găsită o asociere semnificativă între diabetul gestaţional şi vârsta la menopauză.

Studiul retrospectiv arată că, chiar şi după ajustarea pentru covariantele asociate cu vârsta la menopauză naturală, încă apare o asociere între diagnosticul precoce al diabetului zaharat şi menopauza precoce şi un diagnostic ulterior al diabetului zaharat cu o vârstă mai târzie la menopauză, în comparaţie cu femeile care nu aveau diabet.

Această nouă cercetare se adaugă la dovezile din ce în ce mai consistente legate de „tributul" colectiv pe care diabetul îl pune asupra corpului uman. În cazul de faţă, ea arată că femeile tinere care trăiesc cu un diagnostic de diabet sunt mai susceptibile de îmbătrânire ovariană accelerată şi de menopauză timpurie.

Celulele corpului se refac integral periodic, susţine medicina energo-informaţională

Celulele corpului nostru se refac complet tot la şapte ani. Corpul uman are capacitatea de a se reînnoi în permanenţă. Cu alte cuvinte avem un om nou care se poate vindeca. „În spatele celulei stă gândul."

Centrul German DermaVital vă oferă o întreagă paletă de terapii alternative, terapii care au la bază fizica cuantică (medicina cuantică). Diagnosticarea energetică însoţită de un buletin de analize energetic, cu recomandarea tratamentelor care se impun, toate în acelaşi centru.

◆ Fiecare terapie este personalizată în funcţie de energia pacientului, fără durere, fără medicamente, atât pentru copii, cât şi pentru persoane adulte, indiferent de vârstă.

◆ Focusul terapiilor este restabilirea comunicării energetice în organism la nivel de celulă, organ, sistem.

◆ Gradul de echilibru energetic din organism hotărăşte sănătate sau boală, spunea Nicola Tesla.

◆ Atâta timp cât în organul bolnav mai sunt celule sănătoase, din punct de vedere energetic, şansele de refacere există.

Diagnosticarea energetică durează aproximativ 50 de minute, urmată de terapii. În terapii se intervine prin câmpul energetic al corpului, se tratează corpul fizic, psihic şi mental. Este o terapie care tratează corpul pe cele patru etaje ale sale: mental/spiritual/psihic, bio-energetic, biofizic şi biochimic. Se tratează cauza şi nu efectul (simptomul).

Numai tratând corpul în integritatea lui, îi dăm posibilitatea de a se reface.

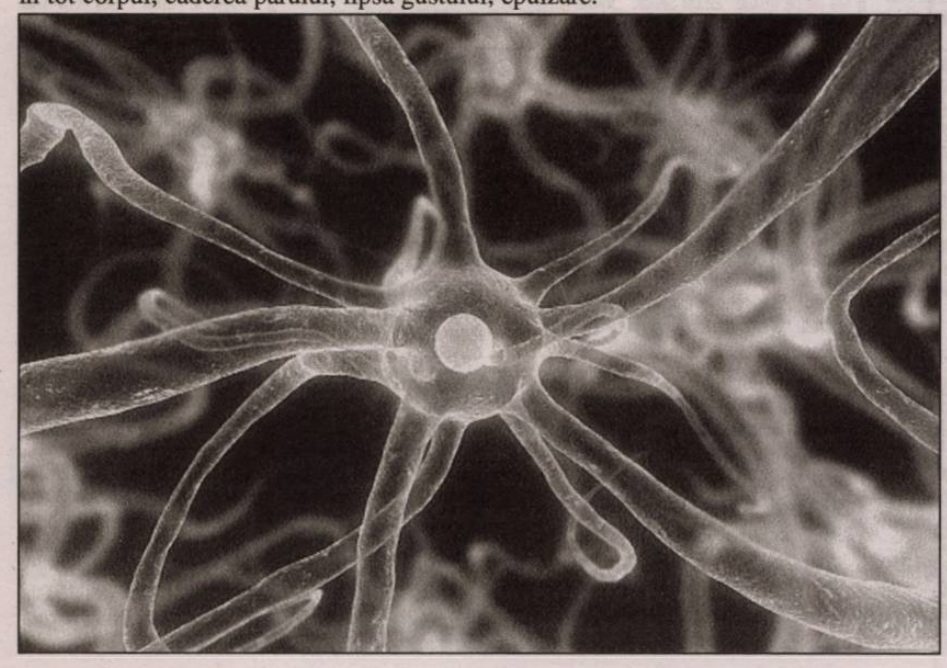
Ce afecţiuni pot fi tratate? Începând de la alergii/intoleranţe, îmbolnăviri virale, eliminare de metale grele, toate formele de dureri: genunchi, şolduri, coloană, umeri, picioare grele, dureri de stomac, gastrite, aciditate, dereglări în sistemul gastric, circulaţie, tensiune oscilantă, migrene, dureri de cap, degenerare de maculă, probleme cu tiroida, prostate, picioare umflate, dereglări limfatice, boli de piele, dereglări metabolice, dureri menstruale, balonare, probleme cu memoria, depresii, atacuri de panică, lipsa vitalităţii.

Detoxifiere la nivel celular, reglarea energetică a meridianelor şi chakrelor corpului.

Restabilirea imunităţii şi metabolismului.

Reacţii după diferite tipuri de vaccinuri.

Sechele post Covid: oboseală pshică şi fizică, dureri în tot corpul, căderea părului, lipsa gustului, epuizare.



Terapiile fizice întregesc paleta tratamentelor în funcţie de nevoile pacientului: drenaje limfatice, reflexoterapia, masaje de deblocare cervicală sau lombară, iar mai nou:

Terapia VacuMed – folosită în medicina spaţială, acum aplicată şi pe Pământ. Se obţine un joc de presiune asupra vaselor de sânge cu consecinţe vasodilatatorii şi deschiderea de noi căi vasculare:

- arteropatia cronică obliterantă a picioarelor.
- Insuficienţa venoasă, edemul şi limfedemul, post intervenţii ortopedice, chiar şi cu piciorul în ghips, imediat după ghipsare sau proteze de şolduri, picior diabetic, neuropatie, accelerează vindecarea leziunilor ulceroase, crescând perfuzia sângelui la periferia rănilor, reduce inflamaţtia, durerile.

Se utilizează în ortopedie, reabilitare şi medicina sportivă.

Suntem în România de aproape 15 ani, iar paleta terapiilor noastre se întregeşte în permanenţă cu tot ce este nou în domeniul nostru.

Colectivul DermaVital este format din medici, kinetoterapeuţi, terapeuţi specializaţi în disciplinele pe care acţionează.

FLORICA MUNTEANU,
specialist în medicina energo-informaţională, membră a Societăţii Naturiştilor din Germania, membră BIT (Biorezonanz International Therapy), psiholog

Pentru mai multe informaţii accesaţi:
www.dermavital-med.ro
Telefon: 021.322.40.04 / 0731.871.968

CONTACT: DermaVital Bucureşti, strada Brânduşelor 6B, et. 2, interfon 003

PUBLICITATE

ACOPREVENT
supliment alimentar pentru un sistem imunitar stabil

dermaVITAL
tel 0731.871.968 / 021.322.40.04
www.dermavital-med.ro

Ce este Acoprevent?

Este un supliment alimentar bazat pe plante ayurvedice care are la bază o tehnologie inovativă, tehnologia punctelor cuantice, care multiplică descărcarea energetică a substanţelor conţinute. Opreşte o întreagă cascadă inflamatorie la nivel celular, este un antioxidant puternic, este o tehnologie inovatoare avansată, bazată pe activarea micronutrienţilor.

Se recomandă în afecţiunile în care sistemul imunitar este suprasolicitat, ca alergii, tuberculoză, infecţii virale, sindromul oboselii cronice, candida, hepatită virală, septicemie, borelioză cronică, apărarea corpului în cazul bolilor maligne.

Conţine: extract de cacao, extract de hamei, garofiţă-sălbatică, muscat, coajă de lămâie, thymian, salvie, extract de susan, extract din pulbere de alge maro. Informaţia cuantică este pusă pe un grăunte de siliciu.

3 capsule administrate zilnic conţin: complex ayurvedic activ – 411 mg, pulbere de alge maro – 162 mg, zinc – 9 mg.

Dozare şi mod de administrare: adulţi şi tineri de 3 ori zilnic 1 capsulă înainte de masă, copii 2-6 ani – 1 capsulă zilnic, înainte de masă.

Efecte secundare nu sunt cunoscute.

Interacţiune cu alte medicamente: poate fi combinat la nevoie cu orice medicamentaţie de sinteză.

Flaconul conţine 90 de capsule a 320 mg

Costul este de 210 lei flaconul plus taxa de transport 20/22 lei.

Distribuit în România prin Centrul German DermaVital Bodymed S.R.L.

TERAPIA 4W – IMUNITATEA ÎNNĂSCUTĂ

Cardul activează 4 straturi energetice în formă de cerc, în jurul imunităţii înnăscute. Persoanele care au mai multe afecţiuni cronice, au făcut sau fac chimioterapie/radioterapie, au fisuri energetice în imunitatea înnăscută.

Sistemul imunitar înnăscut este principala linie de apărare împotriva intrusului, bacterii/virusuri.

Sistemul imunitar înnăscut intră în acţiune când un intrus a trecut de prima barieră a sistemului imunitar dobândit şi a fost – memorat – de către acesta. Testele făcute după acest set de terapii au confirmat neutralizarea frecvenţelor patologice emise de virusuri/bacterii.

Terapia 4w, se execută în 4 zile consecutive durează aproximativ 1 oră, şedinţa nu doare, nu are efecte secundare.

Terapia 4w este în ofertă de la ~~680 lei~~, la 500 lei.

Revista „Magazin" nu îşi asumă responsabilitatea privind eficacitatea acestor produse!

PUBLICITATE

LUNI – 7 noiembrie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 10.00 Agro-Strategia 11.00 Teleenciclopedia (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Oamenii şi legea (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 17.00 Atelier de sănătate 18.00 Poveste după poveste 20.00 Telejurnal 21.00 Câştigă România! 22.00 Dosar Romania (r) 23.00 Mondial în familie 0.00-5.50 Reluări 6.00 Oamenii şi legea.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Serial: „Clanul" 23.00 Ştirile PRO 23.30 Film: „Voyagers – Călători" (SUA, 2021). Cu: Colin Farrell 1.30 Lecţii de viaţă (r) 2.30 Umami: al 5-lea gust (r) 3.00 Vorbeşte lumea 5.00 Ce spun românii (r).

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Mireasa 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuţite 0.00 Observator 0.30 Film: „Labirintul: Evadarea" (SUA, 2014). Cu: Dylan O'Brien, Blake Cooper, Kaya Scodelario 3.00-5.00 Reluări.

PRIMA TV
7.00 Starea Naţiei 8.00 Focus 8.30 Teleshopping 9.00 Cronica cârcotaşilor 11.00 Teleshopping 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" 14.00 Focus 15.30 Sănătate cu stil (r) 16.00 Schimb de mame (r) 18.00 Focus 19.15 Serial: „Iubiri secrete" 20.00 Film: „Înşelătorie absolută" (SUA, 2013). Cu: Cooba Gooding Jr. 22.00 Starea Naţiei 23.00 Focus 0.00 Pup-o, mă! (r) 1.00 Serial (r) 2.00 Film: „Glasul sângelui" (r) 5.00 Flash monden (r) 5.30 Serial (r) 6.30 Serial: „Iubiri secrete" (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Mai mult decât o familie". Cu: Carmen Aub 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de ţigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleşcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viaţa (r) 9.00 Cirque du Soleil: Kurios, cabinetul de curiozităţi 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Azi despre mâine 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 12.40 Teleshopping 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Educaţie la înălţime (r) 14.30 Documentar 360º-GEO 15.00 Azi despre mâine 15.30 Teleşcoala 16.30 România... în bucate 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Reţeaua de idoli 21.00 Memorialul durerii 22.00 Doc.: „Salvatorul de vieţi" 23.00 Serial (r) 0.00 Luminiţa de la miezul nopţii 1.00-5.30 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 La Măruţă (r) 8.00 Film (r) 10.00 Serial: „La Bloc" (r) 12.15 Film: „I Spy" (r) 14.15 Film: „Meet the Parents" (r) 16.30 Film: „Misterele Darrow" (SUA, 2017) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Reţeaua păianjen" (SUA, 2001). Cu: Morgan Freem, Monica Potter 22.30 Film: „Continuă să priveşti" (SUA, 2017). Cu: Jared Abrahamson, Bella Thorne 0.15-4.30 Reluări.

MARŢI – 8 noiembrie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 10.00 AgroStrategia 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Oamenii şi legea (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Maghiara de pe unu 17.00 Atelier de sănătate 18.00 Lumea financiară 18.55 Dincolo de alb şi negru 19.40 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Câştigă România! 22.00 Serial: „Obsesia Evei". Cu: Jodie Comer 23.00 Mondial în familie 0.00-5.50 Reluări 6.00 Oamenii şi legea.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Sunt celebru, scoate-mă de aici! 23.30 Ştirile PRO TV 0.00 Film: „Justice League" (r) 2.15 Lecţii de viaţă (r) 3.00 Vorbeşte lumea (r) 5.00 Ce spun românii (r).

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Mireasa 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuţite 0.00 Observator 0.30 Film: „Planeta maimuţelor: Revoluţie" (SUA, 2014). Cu: Andy Serkis, Gary Oldman, Jason Clarke 3.00 Film: „Labirintul: Evadarea" (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV
7.00 Starea Naţiei (r) 8.00 Focus 8.30 Teleshopping 9.00 Exclusiv VIP (r) 11.00 Teleshopping 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" (r) 14.00 Focus 15.00 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.30 Serial: „Iubiri secrete" 20.00 Film: „Clubul femeilor dezlănţuite" (SUA, 2018). Cu: Diane Keaton 22.00 Starea Naţiei 23.00 Focus 0.00-6.00 Reluări.

acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial: „Iubiri fără hotar" (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Mai mult decât o familie" 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de ţigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleşcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viaţa (r) 9.00 Cirque du Soleil: Kooza 10.00 Documentar 360º-GEO (r) 11.00 Euromaxx 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Opera comică pentru copii (r) 14.30 Documentar 360º-GEO 15.30 Teleşcoala 16.30 România... în bucate 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Destine ca-n filme 21.00 D'ale lu' Mitică (r) 22.00 Ediţie limitată 23.00 Serial (r) 0.00 Luminiţa de la miezul nopţii 1.00 Film: „Drumul" (SUA, 2009). Cu: Charlize Theron 3.00-5.39 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Serial: „La Bloc" (r) 7.00 La Măruţă (r) 9.00 Film: „Love in Full Swing" (r) 10.45 Serial: „La Bloc" (r) 13.00 Film: „Red Dog: True Blue" (r) 14.45 Film: „Midnight Sun" (r) 16.30 Film: „Misterul lui Hailey Dean: Crimă la prima întâlnire" (SUA, 2017) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Enemies Closer – Duşmani apropiaţi" (SUA, 2013). Cu: Jean-Claude Van Damme, Orlando Jones 22.30 Film: „Resident Evil: Răsplata" (SUA, 2012) 0.00-3.30 Reluări.

MIERCURI – 9 noiembrie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 10.00 AgroStrategia 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Oamenii şi legea (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Convieţuiri 17.00 Atelier de sănătate 18.00 Breaking Fake News 18.55 Dincolo de alb şi negru 20.00 Telejurnal 21.00 Câştigă România! 22.00 Serial: „Obsesia Evei" 23.00 Mondial în familie 0.00-5.50 Reluări 6.00 Oamenii şi legea.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Visuri la cheie 23.30 Ştirile PRO TV 0.00 Film: „Regele hoţilor" (SUA, 2018). Cu: Michael Caine, Michael Gambon, Charlie Cox 2.15-5.00 Reluări.

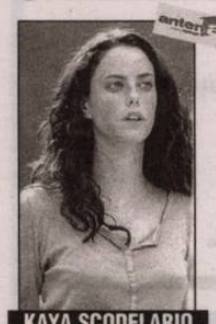
Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 17.00 Observator 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Chefi la cuţite 0.00 Observator 0.30 iRoast (r) 1.45 Revizie tehnică 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV
7.00 Starea Naţiei (r) 8.00 Focus 8.30 Teleshopping 9.00 Exclusiv VIP (r) 11.00 Teleshopping 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" (r) 14.00 Focus 15.30 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.15 Serial: „Iubiri secrete" 20.00 Cronica cârcotaşilor 22.00 Starea Naţiei 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Cronica cârcotaşilor (r) 4.00 Focus 5.30 Serial: „Dragoste şi răzbunare" (r) 6.00 Serial: „Iubiri secrete" (r).

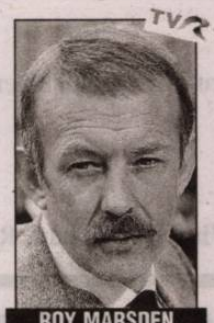
acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Mai mult decât o familie" 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Un loc în inima ta" 18.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de ţigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleşcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viaţa (r) 9.00 Serial (r) 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Fii în formă! 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 13.00 Cultura minorităţilor 13.30 Ediţie limitată (r) 14.30 Documentar 360º 15.30 Teleşcoala 16.30 România... în bucate 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Film: „Manon, fata izvoarelor" (Franţa, 1986). Cu: Yves Montand 22.30 Povestea vinde 23.00 Serial (r) 0.00 Luminiţa de la miezul nopţii 1.00-5.39 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 La Măruţă (r) 8.15 Film (r) 10.15 Serial: „La Bloc" (r) 12.30 Film: „Hailey Dean Mystery: Dating Is Murder" (r) 14.15 Film: „Josh şi S.A.M" (SUA, 1993) 16.15 Film: „Lună de miere în Las Vegas" (SUA, 1992). Cu: Nicolas Cage, Sarah Jessica Parker 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Viteză de declanşare" (SUA, 2000) 22.15 Film: „Ţintă eliminată" (SUA, 2012) 0.15-3.45 Reluări.



KAYA SCODELARIO
– luni, 0.30 –



ROY MARSDEN
– vineri, 21.00 –

CHARLIZE THERON
– marţi, 1.00 –

JESSE METCALFE
– joi, 0.00 –

CARMEN AUB
– luni-vineri, 13.00 –

DANNY DE VITO
– sâmbătă, 22.30 –

SARAH JESSICA PARKER
– miercuri, 16.15 –

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 10 noiembrie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 AgroStrategia 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Oamenii şi legea (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Akzente 17.00 Atelier de sănătate 18.00 Omul şi timpul 18.55 Dincolo de alb şi negru 20.00 Telejurnal 21.00 Câştigă România! 22.00 Documentar 23.10 Mondial în familie 0.00-6.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Serial: „Las Fierbinţi" 21.30 Sunt celebru, scoate-mă de aici! 23.30 Ştirile PRO TV 0.00 Film: „Garnizoana 2: Lunetistul" (SUA, 2022). Cu: Jesse Metcalfe, Chad Michael Murray, Bruce Willis 2.00-5.00 Reluări.

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Mireasa 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Serial: „Adela" 23.10 Observator 23.30 Chefi la cuţite (r) 3.00 Observator (r) 4.00 Mireasa (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV
7.00 Starea Naţiei (r) 8.00 Focus 8.30 Teleshopping 9.00 Exclusiv VIP (r) 11.00 Teleshopping live 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" (r) 14.00 Focus 15.30 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.30 Serial: „Iubiri secrete" 20.00 Serial: „Pup-o, mă!" 21.00 Serial: „New Amsterdam" 22.00 Starea Naţiei 23.00 Focus 0.00 Exclusiv VIP (r) 2.00 Film: „Clubul femeilor dezlănţuite" (r) 4.00 Focus 5.30 Serial (r) 6.00 Serial: „Iubiri secrete" (r).

acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial: „Iubiri fără hotar" (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Mai mult decât o familie" 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de ţigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleşcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viaţa (r) 9.00 Seroal (r) 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Globalizarea: riscuri şi beneficii 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 13.00 Maghiara de pe doi 13.30 Povestea vinde (r) 14.30 Documentar 360º 15.30 Teleşcoala 16.30 România... în bucate 17.00 În direct cu viaţa 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Film: „Misterele adevăratului Sherlock Holmes: tărâmul oaselor" (Regatul Unit, 2001). Cu: Ian Richardson, Charles Edwards 22.00 Istorii de bun gust 23.00 Serial (r) 0.00 Luminiţa de la miezul nopţii 1.00-5.25 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 Serial: „La Bloc" (r) 6.30 La Măruţă (r) 8.30 Film (r) 10.30 Serial: „La Bloc" (r) 12.45 Film (r) 14.45 Film: „Răzbunare în pijamale" (SUA, 2004) 16.30 Film: „Prea frumos să fie adevărat" (SUA, 2014) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Ţinta primară" (SUA, 2000). Cu: Daryl Hannah 22.30 Film: „Lumea de dincolo: Trezirea la viaţă" (SUA, 2012). Cu: Kate Beckin, Michael Ealy 0.15-4.00 Reluări.

VINERI – 11 noiembrie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 9.45 Teleshopping 10.00 Exclusiv în România (r) 11.00 Câştigă România! (r) 12.00 Teleshopping 12.30 Parlamentul României 13.00 Breaking Fake News (r) 14.00 Telejurnal 15.00 Opre Roma 15.55 EURO polis 17.00 Atelier de sănătate 18.00 Gări de poveste 18.55 Ţară, ţară, cine eşti? 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Minele Regelui Solomon" (partea a II-a). Cu: Patrick Swayze, Alison Doody, Roy Marsden 23.00 Mondial în familie 0.00 Replay 1.00-5.10 Reluări.

PRO TV
6.00 Ştirile PRO TV 10.30 Vorbeşte lumea 13.00 Ştirile PRO TV 14.00 Lecţii de viaţă 15.00 La Măruţă 17.00 Ştirile PRO TV 18.00 Ce spun românii 19.00 Ştirile PRO TV 20.30 Vocea României 23.00 Film: „Mama răzbunării" (SUA, 2018). Cu: Gabrielle Union, Billy Burke 1.15 Serial: „Las Fierbinţi" (r) 3.00 Apropo Tv (r) 4.00 Vorbeşte lumea (r).

Observator
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan şi Dani 12.00 Observator 14.00 Mireasa 16.00 Observator 17.00 Mireasa 18.00 Preţul cel bun 19.00 Observator 20.30 Stand Up Revolutions 2.30 Băieţi de oraş 3.00 Observator (r) 4.00 Mireasa (r) 5.00 Preţul cel bun (r).

PRIMA TV
7.00 Starea Naţiei (r) 8.00 Focus 8.30 Teleshopping 9.00 Exclusiv VIP (r) 11.00 Teleshopping 13.00 Serial: „Doar pentru iubire" (r) 14.00 Focus 15.30 Exclusiv VIP 17.30 Flash monden 18.00 Focus 19.15 Serial: „Secretele preşedintelui" 20.00 Film: „Secretul lui Bachus" (România, 1984) 22.30 New Amsterdam 23.30 Film: „Soldatul Universal – ziua răzbunării" (SUA, 2009). Cu: Jean Claude Van-Damme 1.30-6.00 Reluări.

acasă
6.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" (r) 8.00 Serial: „Povestea de pe insulă" (r) 9.00 Serial: „Iubirea are numele tău" (r) 10.00 Serial (r) 12.00 Serial: „Numai lângă tine" 13.00 Serial: „Mai mult decât o familie" 15.00 Serial: „Dragoste şi alte complicaţii" 17.00 Serial: „Iubiri fără hotar" 19.00 Serial: „Iubirea are numele tău" 20.00 Mâncare pe care 21.00 Serial: „Povestea de pe insulă" 22.00 Serial: „Inimă de ţigan" 23.30-5.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Teleşcoala (r) 7.30 România... în bucate (r) 8.00 În direct cu viaţa (r) 9.00 Serial (r) 10.00 Documentar 360º (r) 11.00 Revoluţia tehnologică 11.30 Prietenii de la radio 12.00 Telejurnal 13.00 Maghiara de pe doi 13.30 Istorii de bun gust (r) 14.30 Documentar 360º 15.30 Teleşcoala 16.30 România... în bucate 17.00 Educaţie la înălţime 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Gala umorului 22.00-5.30 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 Serial: „La Bloc" (r) 7.00 La Măruţă (r) 9.00 Film: „Sleepover" (r) 10.45 Serial: „La Bloc" (r) 13.00 Film (r) 14.45 Film: „Ţeparii" (SUA, 2000) 16.30 Film: „Dragoste şi literatură" (SUA, 2013) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Războiul lui Connor" (SUA, 2006). Cu: Sage Brockleb, Ed Anders 22.15 Film: „Vin britanicii!" (SUA, 2018). Cu: Maggie Q, Parker Posey 0.15-4.45 Reluări.

SÂMBĂTĂ – 12 noiembrie

TVR 1
7.00 3 ceasuri bune 10.00 Vizita de lucru (r) 10.30 Aventura urbană (r) 11.30 Cronicile spaţiului 12.00 Doza de IT 12.30 Eu pot! 13.30 Guşti! Şi apoi mănânci cu chef Alex Petricean (r) 14.00 Telejurnal 14.30 Ţară, ţară, cine eşti? (r) 15.20 Ora Regelui 16.15 Izolaţi în România (r) 16.45 O dată-n viaţă (r) 18.50 Teleenciclopedia 20.00 Telejurnal 21.00 Film: Secretul lui Bachus" (România, 1983) 23.20 Profesioniştii 0.15 World Cup Magazin 0.20-6.00 Reluări.

PRO TV
6.00 Lecţii de viaţă (r) 7.00 Ştirile PRO TV 10.00 I like IT 10.30 Superspeed la ProTv 11.00 Film: „Familia Flintstone în Rock Vegas" (SUA, 2000) 12.45 Ce spun românii (r) 13.45 Film: „Black Beauty" (SUA, 1994) 15.45 Vocea României (r) 19.00 Ştirile PRO TV 20.00 Film: „Skyfall – 007: Coordonata Skyfall" (SUA, 2012). Cu: Daniel Craig 22.45 Film: „TAG: Dă-o mai departe" (SUA, 2018) 0.45-4.30 Reluări.

Observator
6.00 Observator 9.00 Serial: „Adela" (r) 12.00 Medicool 13.00 Observator 13.30 Film: „Asterix & Obelix: În slujba Majestăţii Sale" (Franţa 2012). Cu: Edouard Baer, Gerard Depardieu 15.45 Chefi la cuţite (r) 19.00 Observator 20.00 Te cunosc de undeva 0.00 Chefi la cuţite (r) 3.00 iRoast (r) 4.00 Stand Up Revolutions (r).

PRIMA TV
7.00 Serial (r) 8.00 Film: „Ainbo: spiritul Amazonului" (SUA, 2021) 10.00 Veterinari în acţiune 11.00 Sănătate cu stil 11.30 Flash monden 12.00 Insider politic 14.00 Starea Naţiei (r) 15.00 Serial: „Pup-o, mă!" (r) 16.00 Film: „Colierul de turcoaze" (România, 1985). Cu: Florin Piersic 18.00 Focus 19.15 Serial: „Secretele preşedintelui" 20.00 Flash monden 21.30 Fotbal: Rapid – Craiova 22.30 Film: „Nicăieri nu-i ca acasă" (SUA, 2009). Cu: Danny De Vito 0.30-6.00 Reluări.

acasă
6.00 Gospodar fără pereche (r) 8.00 Film: „O inimă regală" (r) 10.00 Gospodar fără pereche 12.00 Serial: „Betty în New York" 15.00 Serial: „Mai mult decât o familie" (r) 20.00 Lecţii de viaţă 21.00 Film: „Dragostea e sacră" (SUA, 2016). Cu: Brent Bailey, Moani Aipia-Dolan 23.00 Serial: „Vlad" 0.00 Serial: „Betty în New York" (r) 3.00 Film: „Dragostea e sacră" (r) 5.00 Serial: „Vlad" (r).

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Opera comică pentru copii 9.00 Generaţia Fit 9.30 Fără prejudecăţi 10.00 Mic dejun cu un campion 11.00 D'ale lu' Mitică (r) 12.00 Cum vă merge? 12.30 Cap compas 13.00 Gala umorului (r) 15.00 Rivalii 17.00 Levintza prezintă 17.30 Doc.: „Case şi idei" 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Film: „Glasul inimii" (Canada, 2013). Cu: Maggie Grace, Poppy Drayton 22.00 Film: „Intrusul" (SUA, 1992). Cu: Kurt Russell, Madeleine Stowe 0.00-4.50 Reluări.

PRO CINEMA
6.15 Ce spun românii (r) 8.00 Film (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film: „Hallmark: Reading, Writing & Romance" (r) 13.45 Film: „În căutarea lui Forrester" (SUA, 2000). Cu: Sean Connery, Anna Paquin 16.30 Film: „O pasiune de neuitat" (SUA, 2021) 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Frumuşica" (SUA, 1990). Cu: Richard Gere, Julia Roberts 23.00 Film: „Şapte psihopaţi şi un câine" (SUA, 2012) 1.15-4.30 Reluări.

DUMINICĂ – 13 noiembrie

TVR 1
7.00 Universul credinţei 8.00 Bucuria credinţei 8.30 Cronicile spaţiului (r) 9.00 Guşti! şi apoi mănânci (r) 9.30 M.A.I. apropae de tine 10.00 Pro Patria 10.30 Viaţa satului 13.00 Tezaur folcloric 14.00 Telejurnal 14.30 Documentar 15.30 Exclusiv în România 16.30 Gări de poveste (r) 17.30 Istorii ascunse 18.00 Dosar Romania 18.55 Garantat 100% 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viaţă 23.01 Drumul spre Qatar 0.00-5.30 Reluări 6.00 Oamenii şi legea.

PRO TV
6.00 Lecţii de viaţă (r) 7.00 Ştirile PRO TV 10.00 Doctor de bine 10.30 Umami: al 5-lea gust 11.00 Film: „Black Beauty" (r) 13.00 Apropo 14.00 Film: „Fata din vale" (SUA, 2020) 16.00 Visuri la cheie (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Ştirile PRO TV 20.00 Film: „Întâlnire explozivă" (SUA, 2010) 22.45 Film: „Sabotaj" (SUA, 2014) 0.15-5.00 Reluări.

Observator
7.00 Observator 9.00 Neatza de weekend 13.00 Observator 14.00 Cooking Show: Hello Chef 15.00 Te cunosc de undeva (r) 19.00 Observator 20.00 iUmor 23.15 iMai mult Umor cu Vlad Drăgulin 23.30 Stand Up Revolutions (r) 2.00 Observator (r) 3.15 Medicool 4.00 Film: „Asterix & Obelix: În slujba Majestăţii Sale" (r).

PRIMA TV
7.00 Serial: „Secretele preşedintelui" 8.00 Insider politic 10.00 Serial: „Oportuniştii" 11.00 Flash monden (r) 12.00 Film (r) 14.00 Poezie şi delicateţuri (r) 16.00 Cronica cârcotaşilor (r) 18.00 Focus 19.15 Serial: „Secretele preşedintelui" 20.00 Schimb de mame 22.00 Serial (r) 23.00 Starea Naţiei (r) 0.00 Poezie şi delicateţuri 2.00 Film (r) 4.00 Oportuniştii (r) 5.00 Cronica cârcotaşilor (r).

acasă
6.00 Gospodar fără pereche (r) 8.00 Film: „Dragostea nu intră în vacanţă" (r) 10.00 Gospodar fără pereche 12.00 Serial: „Betty în New York" 15.00 Serial: „Mai mult decât o familiei" (r) 20.00 Lecţii de viaţă 21.00 Film: „Iubire all inclusive" (SUA, 2017). Cu: Jesse Hutch, Alix Angelis 23.00 Serial: „Vlad" 0.00 Serial: „Betty în New York" (r) 3.00 Film: „Iubire all inclusive" (r) 5.00 Serial: „Vlad" (r).

TVR 2
7.00 Teleshopping 7.30 România... în bucate (r) 8.00 Repere sacre 9.00 Ferma 10.00 Pescar hoinar 10.30 Natură şi aventură (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Să fim sănătoşi! 12.30 Levintza prezintă (r) 13.00 Doc.: „Lumea lui Geo Saizescu" 15.00 Drag de România mea! (r) 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Ora de ştiri 19.05 Serial: „Doctor Quinn" 20.00 Film: „Păcală" (coprod., 2001) 22.30 Film: „Iris" (SUA, 2009). Cu: Judi Dench, Kate Winslet 0.20-5.25 Reluări.

PRO CINEMA
6.00 Ce spun românii (r) 7.00 Film (r) 9.45 Serial: „La Bloc" (r) 12.00 Film (r) 13.45 Film: „Eu şi Marley" (SUA, 2008). Cu: Jennifer Aniston, Owen Wilson 16.15 Film: „La nuntă şi la râu" (SUA, 2021). Cu: Greyston Holt 18.15 Serial: „La Bloc" 20.30 Film: „Doi cuscri de coşmar" (SUA, 2004) 23.00 Film: „Fugi, ascunde-te şi luptă!" (SUA, 2020). Cu: Thomas Jane, Radha Mitchell 1.15-4.30 Reluări.

ENUNŢURI

Integramă de **M. ALBU**

A REPARA CAUCIUCUL / EROU CA BĂLCESCU		PICĂTURI DE OCHI / ESENŢIALĂ		COADĂ DE ŞALĂU! / NEAM DE RUDAR	L / A	TARE BISERICOASĂ / MIEZ DE OŢEL!		DAR DE LOGODNĂ / PIERDEREA VEDERII		PRIETENIE STRÂNSĂ / ATAC DE PANICĂ
A STRÂNGE CU UŞA / OBICEIURI DIN BĂTRÂNI					PODOABĂ LA PĂLĂRIE / ATAC ÎN TROMBĂ					
J	O	C	U	R	I	IUTE CA ZVÂRLUGA / N-ARE NICI O PATĂ				
APROAPE COPŢI / SE OPREŞTE LA ŢĂRM									ESENŢĂ DE CONIAC! / ÎNROŞIRI DE LA NERVI	
			LE CAUTĂ POLIŢIA / GARANŢII LA PLĂŢI							
	A DA „LIKE” / IARBA DE LA COASĂ						TIMP RECORD / A LUCRA CU PLUGUL			A PIERI ÎN VALURI
		APRINSĂ CU AMNARUL / VECHI ŞEF DE LOCAL					A	A APĂREA BRUSC / ALBASTRUL CERULUI		I
PE EL, AZORI / MĂSURĂ DE PRESIUNE / INTERZIS					TIMP DE STAT ACASĂ / A TRAGE LA MĂSEA		R		AFLATE ÎN CRIZĂ	N
				TAIE POFTA DE ORICE / ARIPI DE GÂNSAC!	B		A			E
BEŢIŞOR LA RĂZBOI / A SATIRIZA ÎN DESEN					E		DOCUMENT ISTORIC			C
					A					A

Umor

El stă de vorbă cu nevastă-sa:

- Tu de ce nu eşti romantică la fel ca alte femei?

- Cum adică nu sunt romantică?

- Păi, alte femei sunt în stare să aducă bărbaţilor lor şi Luna de pe cer.

- Măi omule, eu nu pot să-ţi aduc Luna de pe cer, dar pot să-ţi dau două palme să vezi stele verzi.

– Doctore, nu ştiu ce-i cu mine, dar sunt pe jumătate surdă!

– Ok, ia să verificăm... Spuneţi 66.

– 33!

Întrebare:

– Ce fac femeile când se plictisesc de Facebook?

Răspuns:

– Curăţenie... mai şterg din poze, din prieteni, una alta!

Un nebun înarmat cu un ciocan izbeşte cu toată puterea în zid.

Doctorul îl vede şi îi spune:

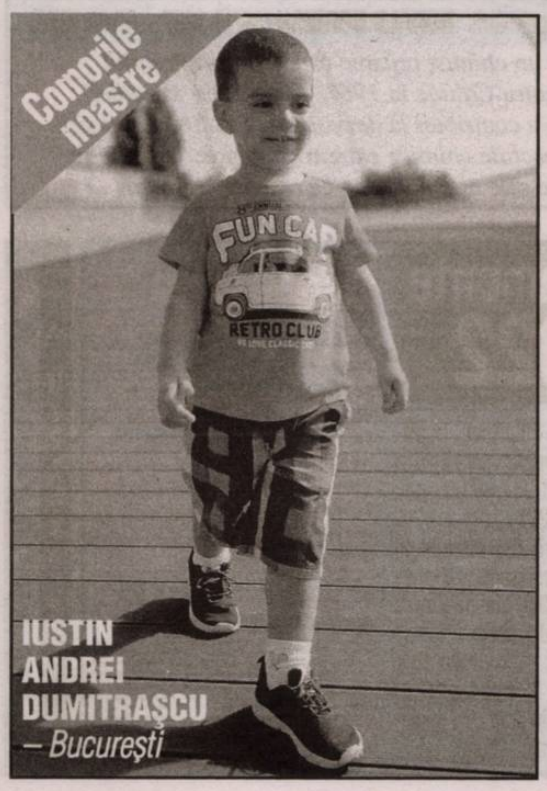
– Degeaba te chinui! E beton armat, n-ai să poţi găuri peretele!

– Nu vreau să-l găuresc, vreau să-i fac doar un cucui...

La un restaurant, la masa unde cina un cuplu, chelnerul întreabă:

– Cum vi s-a părut porcul, domnişoară?

– Până acum s-a purtat frumos...



SUDOKU

jocul săptămânii: 44

		2			3	8	1	
		6	7	9		3		
9					5			
							7	8
	2						6	
4	3							
			9					2
		9		2	8	5		
	6	8	5			1		

Soluţia în numărul viitor

Soluţia **«SUDOKU»** – jocul săptămânii 43

1	7	5	6	2	8	4	9	3
8	4	2	3	9	1	6	7	5
6	3	9	7	5	4	2	8	1
4	8	3	9	7	2	5	1	6
2	5	1	8	3	6	7	4	9
7	9	6	4	1	5	8	3	2
5	6	7	1	4	9	3	2	8
3	1	8	2	6	7	9	5	4
9	2	4	5	8	3	1	6	7

Soluţia integramei „FORMULE”

Orizontal: U - C - A - O - Z - M - INDISCIPLINA - GUTE - GRASAN - PERIMA - ITARI - RETINERI - UA - FIR - AUTENTIC - U - IERNI - AUR - ST - RITMA - CEA - IROD - OHMI - F - UNII - ALAIURI - DACAPO - ERES - TELEMAGAZINE.

Verificaţi-vă cunoştinţele!

Păduri

1. Cum se numea zeul pădurilor din mitologia scandinavă?
2. Cum se numeau nimfele pădurii din mitologia greacă?
3. Sub ce denumire era cunoscută pădurea din centrul Munteniei, numele ei fiind extins pe cale cărturărească la marele codru din sudul ţării?
4. Ce mare prozator român (1880-1961) a scris povestirea „În pădurea Petrişorului”?
5. Cui aparţine muzica baletului „Frumoasa din pădurea adormită”?
6. Ce pictor român (1850-1882) semnează tabloul „Pădure desfrunzită”?
7. Cine a realizat, în 1970, filmul „Pădurea de mesteceni” (Brzezina)?

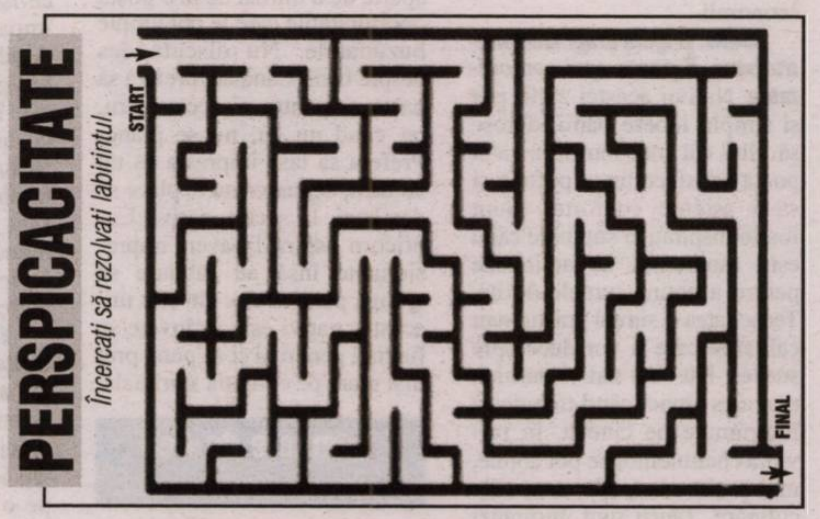
Poşta cititorilor

1) În tradiţia creştină, locul retragerii postume a celor fără de păcat este „Raiul” numit şi „Paradis” sau „Eden”. 2) „Merele de aur” au fost aduse de Herakles din Grădina Hesperidelor. 3) În India vedică, grădina celestă a zeului Indra se numea Nandana. 4) Poezia „În grădina Ghetsemani” a fost scrisă de Vasile Voiculescu. 5) Tabloul „Femei în grădină” poartă semnătura lui Claude Monet. 6) Muzica operei „Semiramida”, aparţine lui Gioachino Rossini. 7) Filmul „Grădinile familiei Finzi-Contini” a fost realizat în regia lui Vittorio De Sica.

Răspunsurile la întrebările din numărul trecut

Pentru întrebările cu tema „Toamna” am primit câte 7 răspunsuri corecte de la următorii cititori: *Elena Ispas,* Piatra Neamţ; *Mioara Popa,* Iaşi; *Monica Vlad,* Timişoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Loredana Voicu,* Cluj-Napoca; *Margareta Stoicovici,* Braşov; *Mihaela Popovici,* Buzău; *Georgeta Ioan* şi *Luminiţa Popescu,* Bucureşti; *Luminiţa Gogioiu* şi *Ing. Ion Ciocşan,* Pucioasa; *Ing. Radu Fetcu,* Suceava; *Gheorghe Enache,* Galaţi; *Ing. Mihai Călcăianu* şi *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Ing. Silviu Iagada,* Turnu Măgurele; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuş-Bihor; *Prof. Marin Ştefan,* Şimleul Silvaniei; *Ing. Mihai Waspusch* şi *Prof. Mihai Piscureanu,* Bucureşti.

✉ Aşteptăm scrisorile dumneavoastră. *(Irina Stoica)*



Grădina de lângă casă

Anemona japoneză

(Anemone hupehensis)

◆ Este o plantă perenă, originară din Asia. Are rădăcini lemnoase şi poate ajunge la înălţimi de 90-100 cm. Se poate cultiva ca plantă decorativă prin flori în grădini sau în ghivece. Se folosesc şi ca flori tăiate, dar nu vor ţine mult (maxim 4-5 zile).

◆ Frunzele apar la baza plantei, sunt lungi, peţiolate, împărţite în trei lobi, dinţate pe margine şi de culoare verde închis. La sfârşitul toamnei planta intră în repaus, urmând ca în primăvară să vegeteze din nou.

◆ Anemona japoneză înfloreşte din iulie până în octombrie. Florile sunt de culoare alb sau roz, cu staminele

proeminente, de culoare galbenă.

◆ Se amplasează în spaţii semiumbrite. Trebuie ferite de acţiunea directă a Soarelui la orele amiezii.

◆ Se udă regulat, cu cantităţi moderate de apă. Cantităţi mai mari de apă se folosesc în perioada de creştere şi în timpul verii.

◆ Se fertilizează o dată pe lună, folosind îngrăşăminte pentru plante cu flori.

◆ Se înmulţeşte prin divizarea plantelor primăvara şi la sfârşitul toamnei.

◆ Nu se recomandă cultivarea în apropierea pomilor de prun, piersic, migdal, nectarin, cais sau cireş, deoarece sunt purtătoare de basidiosporii de la rugina prunului.

Banii şi nativii zodiacului european

Astrologii ne-au arătat de nenumărate ori că unele caracteristici moştenite de la zodia în care ne naştem ne pot influenţa comportamentul. Iată că şi în raport cu banii astrele predispun la o anumită gândire care atrage sau nu bunăstarea.

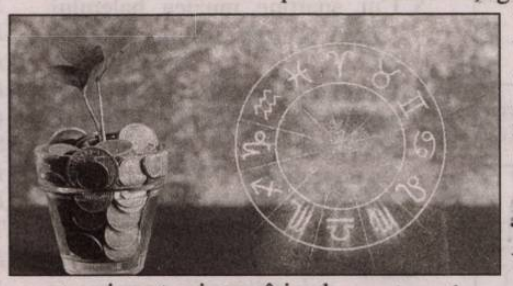
Vă invităm să vă descoperiţi în rândurile următoare, clasificarea fiind făcută în funcţie de elementele zodiacului.

Semnele de Pământ
(Taur, Fecioară, Capricorn)

Putem spune că nativii acestor zodii fac bani din piatră seacă. Sunt recunoscuţi pentru simţul practic şi pentru interesul lor faţă de confortul material. Îşi doresc bani, se gândesc la ei şi de cele mai multe ori îi obţin cu vârf şi îndesat. În general, semnele de Pământ sunt prudente şi obişnuiesc să facă economii.

TAUR. ***Îi ajută dragostea pentru bani. Îi poate opri comoditatea.*** Nativii acestei zodii pur şi simplu iubesc banii, doresc să aibă cât mai mulţi ca să-şi poată satisface toate poftele şi să-şi asigure confortul. Sunt foarte inspiraţi şi ştiu bine când este momentul să acţioneze pentru a obţine sumele dorite. Tenacitatea şi simţul practic sunt calităţile care îi vor duce spre succes. Nu sunt nativi darnici, mai ales atunci când trebuie să împrumute pe cineva. În privinţa cheltuielilor se pot abţine, mai puţin când apar tentaţiile culinare. Taurii sunt gurmanzi şi nu se pot abţine să nu cumpere bunătăţi.

FECIOARĂ. ***Îi ajută hărnicia. Îi poate opri convingerea că trebuie să muncească din greu, nimic nu se obţine uşor.*** Despre nativii Fecioară se ştie că sunt harnici, uneori chiar obsedaţi de muncă. Disciplinaţi, ordonaţi, meticuloşi, la fel sunt şi în relaţia cu banii. Îşi calculează bugetul până la ultimul bănuţ, îşi notează atent cheltuielile, iar această atitudine îi poate ajuta să acumuleze economii. Însă trebuie să fie atenţi, deoarece concentrându-se pe nimicuri pot lăsa să le scape mari oportunităţi. Nu sunt genul de persoane care fac bani peste



noapte, ci sunt cei care îşi calculează fiecare pas şi merg din aproape în aproape.

CAPRICORN. ***Îi ajută ambiţia şi tenacitatea. Îi poate opri însingurarea.*** Au o abilitate aparte de a mirosi de la o poştă oportunităţile care le pot umple buzunarele. Nu discută des despre bani. Când au, preferă să păstreze pentru ei acest lucru, iar când nu au, nu se plâng. Preferă să lase impresia că nu au bani, deoarece nu le place să dea bani. În secret, nativii Capricorn aspiră la averi impresionante însă au răbdare să ajungă până acolo. Un sfat util acestor nativi este să înveţe să fie mai generoşi şi să pună preţ mai mare pe evoluţia spirituală.

Semnele de Aer
(Gemeni, Balanţă, Vărsător)

„Uite banii, nu sunt banii!" este expresia care îi caracterizează. Deşi sunt consideraţi a fi foarte logici, inteligenţi şi abili, nativii sunt un adevărat dezastru când vine vorba despre gestionarea banilor. Au calităţi importante: negociatori buni, exprimare verbală excelentă, inventivitate, discurs convingător. Cu toate acestea, îşi găsesc cele mai nepotrivite momente să cheltuie banii pe tot felul de capricii. Nu reuşesc să pună deoparte sume importante.

GEMENI. ***Îi ajută inteligenţa deosebită. Îi poate opri superficialitatea.*** Nativii acestei zodii sunt comunicativi, extrem de dinamici, se adaptează uşor, iar aceste calităţi îi ajută să îşi găsească lesne un loc de muncă, dar şi să negocieze până obţin venitul dorit. Problema se naşte din cauza impulsului de nestăpânit de a cheltui toţi banii câştigaţi. În general, nu vă bateţi capul cu tot felul de bugete şi calcule. Noroc că aveţi darul de a ieşi repede din aproape orice încurcătură.

BALANŢĂ. ***Îi ajută diplomaţia. Îi poate opri comoditatea şi teama de a acţiona pe cont propriu.*** Dintre toate semnele de Aer, nativii Balanţă sunt cei mai cerebrali şi mai calculaţi. Îşi calculează bugetul, ştiu exact ce sumă le trebuie pentru ceea ce îşi doresc, dar şi cum să îi împartă fără să uite nimic. Aşadar, nu vă este prea greu să vă gestionaţi veniturile. Le este însă greu să îşi ducă traiul cu bani puţini, cunoscut fiind faptul că le place luxul, bijuteriile şi lucrurile scumpe. Nu sunt genul de persoane care să muncească din greu singuri, ci lucrează bine atunci când au parteneri sau asociaţi.

VĂRSĂTOR. ***Îi ajută inventivitatea. Îi pot opri capriciile şi atitudinea imprevizibilă.*** Aveţi un comportament destul de ciudat vizavi de bani. Sunteţi idealişti şi priviţi banii ca pe o modalitate de a fi independenţi. Puteţi să cheltuiţi toţi banii pentru că va inspira ceva la un moment dat sau puteţi să daţi economiile unui prieten care vă cere ajutorul. Adevărul este că una dintre calităţile importante ale Vărsătorilor este aceea de a fi un foarte bun prieten. Lipsa banilor nu vă dă prea multe bătăi de cap deoarece puteţi găsi imediat o soluţie.

Săptămâna viitoare continuăm prezentarea nativilor elementelor Apă şi Foc.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ În labirintul somnului ■ George al V-lea – unicul rege eutanasiat ■ Uluitoarea poveste a Brigăzii Dirlewanger ■ OZN-uri la Kiev ■ Gestionarea comună a artritei ■ Marylin – cea mai celebră blondă, între realitate şi ficţiune

HOROSCOP
7-13 noiembrie 2022

BERBEC 21.03-20.04

Atenţia este atrasă de parteneri şi prieteni apropiaţi. Interacţiunea cu aceştia implică şi capacitatea de a asculta ce au de spus alţii. S-ar putea să găsiţi modalităţi de a face pace cu inamicii dumneavoastră şi de a rezolva o confruntare legală.

TAUR 21.04-21.05

Marte este în Casa banilor pentru tot restul anului, ceea ce vă creşte dorinţa de a lucra şi de a câştiga bani. Munciţi din greu dar veţi avea un sentiment de satisfacţie când veţi primi recompensele. Vreţi să realizaţi multe şi o faceţi cu stil.

GEMENI 22.05-21.06

Vă veţi bucura de activităţi fizice şi de interacţiuni competitive cu ceilalţi pentru că sunteţi entuziasmaţi. Vreţi să vă distraţi, aşa că ieşiţi şi socializaţi. Luaţi-vă o scurtă vacanţă, bucuraţi-vă de artă şi de lumea divertismentului.

RAC 22.06-21.07

Puneţi accent pe casă şi pe familie. Unii dintre dumneavoastră se vor implica mai mult ca de obicei cu un părinte sau o persoană mai în vârstă din familie. Sunteţi interesaţi de redecorare şi renovare aşa că vă suflecaţi mânecile şi vă apucaţi de treabă.

LEU 22.07-22.08

Săptămâna aceasta este o perioadă aglomerată, cu un ritm rapid, dar perfectă pentru a învăţa ceva nou urmând un curs sau mergând la şcoală. Mulţi dintre dumneavoastră scrieţi şi citiţi mai mult ca de obicei.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Acum este momentul prielnic să stabiliţi un control mai mare asupra vieţii dumneavoastră, gestionând mai bine averea şi valorile personale. Este şi motivul pentru care cheltuiţi bani şi vă verificaţi constant finanţele.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Aveţi o nevoie puternică de a vă exprima şi beneficiaţi de mintea activă, sărind repede de la un subiect la altul. Cu toate acestea, nu veţi rata momentele bune şi veţi atrage situaţii favorabile către dumneavoastră.

SCORPION 23.10-21.11

Vreţi pace, linişte şi şansa de a vă bucura de armonie în spaţiul dumneavoastră privat. Staţi mai retraşi şi gândiţi-vă la lucrurile importante. Acestea sunt priorităţile acestei săptămâni. Respectaţi-vă nevoia de odihnă şi de intimitate.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Prieteniile şi interacţiunile cu cei din jur sunt importante în aceste zile. De fapt, aveţi şansa de a vă examina rolul pe care îl joacă aceştia în viaţa dumneavoastră. S-ar putea chiar să vă facă să regândiţi unele obiective viitoare.

CAPRICORN 22.12-19.01

Săptămâna aceasta este momentul potrivit să vorbiţi cu părinţii sau cu şefii despre ceea ce vă doriţi, deoarece circumstanţele vă favorizează. Lumina reflectoarelor sub care sunteţi este pentru dumneavoastră ca o sabie cu două tăişuri. Fiţi prevăzători!

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Acesta este un moment fabulos pentru a învăţa fie prin studiu, cursuri sau prin călătorii. Practic, faceţi tot ce puteţi pentru a vă extinde lumea şi a vă lărgi orizontul. S-ar putea să vă îndrăgostiţi de cineva care este „altfel" pentru că sunteţi atraşi de neobişnuit.

PEŞTI 19.02-20.03

Tot ceea ce are de-a face cu casa şi cu viaţa dumneavoastră privată vi se pare confuz. Mutări de locuinţe, reparaţii la domiciliu, renovări sau vizitele neaşteptate sunt doar câteva dintre motivele pentru care simţiţi că scăpaţi lucrurile de sub control.

Nativul săptămânii: **RONALD NORRISH** (09.11.1897 – 07.06.1978)

A fost un chimist britanic care a primit Premiul Nobel pentru Chimie în 1967. Acest nativ al zodiei Scorpion a contribuit la dezvoltarea fotolizei flash şi a studiat reacţiile chimice extrem de rapide. Una dintre realizările sale este dezvoltarea reacţiei Norrish.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 021317896 5

Preţ abonament

PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	13,00 LEI
❑ 2 LUNI	26,00 LEI
❑ 3 LUNI	39,00 LEI
❑ 4 LUNI	52,00 LEI
❑ 5 LUNI	65,00 LEI
❑ 6 LUNI	78,00 LEI

Abonamente 2022

Abonaţi-vă la revista Magazin direct la redacţie!

Abonamente 2022

● Modalităţile de abonare sunt următoarele:

1 Achitarea printr-un mandat poştal (pe adresa: Ionescu Simion – la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr. 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, cod 013701), a contravalorii abonamentului solicitat.

2 Plata în următoarele conturi bancare, pentru client: Casa Editorială „Magazin" S.R.L. (CUI: RO 1571838):
– RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 Unicredit
– RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R.

Preţurile abonamentelor sunt cele din talonul alăturat, la care se adaugă taxa poştală de expediere sau comisionul bancar.

În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal.

Termenul de primire a abonamentului este 1-5 zile lucrătoare de la data expedierii, conform termenelor Poştei Române (cel târziu în ziua de marţi a săptămânii următoare celei de apariţie).

Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la telefon 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

➲ Cititorii din străinătate pot contracta abonamente, achitând contravaloarea abonamentului dorit:
– 3 luni: 45 euro sau 50 $,
– 6 luni: 90 euro sau 100 $,
sume virate în conturile societăţii, enumerate alăturat.

MANDAT POŞTAL

DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION – la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piata Presei Libere Nr. 1
Bloc ... Scara ... Etaj 1 Ap. ...
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. ...
C.N.P. ...
Expeditor ...
Localitatea ...
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. ...

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

SERIE NOUĂ - 1625 • ANUL LXV • 10 NOIEMBRIE 2022 • 16 PAGINI • 3,5 LEI • Nr. 45 (3375)

magazin

www.magazin.ro

E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com • redactia.revistamagazin@gmail.com
WhatsApp: 0722.625.622

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

Femina club
Pentru dumneavoastră, doamnă
7 greşeli alimentare
Dosarele frumuseţii
Măşti pentru revigorarea tenului

„Un om nobil cere de la el însuşi, un om inferior cere de la alţii."
Confucius

În labirintul somnului

SE POATE SPUNE CĂ CREIERUL UMAN ESTE MAI PROFUND ŞI MAI DE NEPĂTRUNS DECÂT UNIVERSUL. Conţine, după estimările specialiştilor, un număr gigantic de sinapse, pentru că fiecare din cei 10 la puterea 11 neuroni are în medie 7.000 de conexiuni sinoptice cu ceilalţi neuroni. Creierul unui copil de 3 ani are în jur de 10 la puterea 15 sinapse (un catralion) şi nu se formează complet până la vârsta de 25 de ani. În plus, neuronii pot genera aproximativ 25 de waţi putere, energie suficientă pentru a ilumina un bec. Cine ar putea da de capăt acestui labirint?

Despre somn, ce se ştie sigur?

„Fiecare animal de pe această planetă pe care l-am observat cu atenţie s-a dovedit că doarme – chiar şi muştele de fructe, viermii rotunzi şi meduzele", scria într-un e-mail pentru *Live Science* dr. David Raizen, profesor asociat de neurologie la Universitatea din Pennsylvania. „Prin urmare, somnul trebuie să îndeplinească o funcţie foarte importantă, ceea ce a dus la persistenţa sa de-a lungul evoluţiei".

Un lucru este cert: ne petrecem o treime din viaţă fie dormind, fie încercând să dormim. „Asta înseamnă că, dacă un om trăieşte până la 76 de ani (aceasta este speranţa medie de viaţă în SUA în 2021, conform Centrelor pentru Controlul şi Prevenirea Bolilor), probabil că va petrece aproximativ 25 de ani din viaţă dormind". Pare o irosire a timpului, dar cu certitudine că nu e.

Când nu dormim bine sau insuficient, „funcţionăm prost", asta este o altă certitudine. „Capacitatea unei persoane de a gândi şi de a opera eficient poate fi afectată dacă somnul este întrerupt chiar şi pentru o noapte", spune expertul, „creierul este principalul organ afectat de privarea de somn". Potrivit Institutului Naţional de Tulburări Neurologice şi AVC (NINDS), există „două tipuri de bază de somn: somnul cu mişcarea rapidă a ochilor (REM) şi somnul non-REM". Ambele sunt asociate cu anumite tipuri de unde cerebrale şi activitate neuronală specifică.

Somnul non-REM apare pe măsură ce trecem de la starea trează la cea adormită, un moment în care undele creierului nostru încetinesc. În acelaşi timp, muşchii noştri încep să se relaxeze, iar respiraţia devine mai lentă decât este în timpul zilei".

Somnul REM, pe de altă parte, presupune activitatea undelor cerebrale la un nivel foarte asemănător cu starea de veghe.

Cercetările au descoperit că „somnul REM constituie între 20 şi 25 la sută din timpul nostru de somn şi este momentul în care visele noastre tind să fie cele mai bizare şi mai plauzibile".

În timpul somnului REM, care este momentul în care visele sunt cele mai active, talamusul, materie cenuşie care se găseşte în mijlocul creierului, trimite „imagini, sunete şi alte senzaţii care ne umplu visele", conform NINDS. Ciclurile somn-veghe sunt provocate de unele substanţe chimice aflate în creier. Neuro-transmiţătorul numit *acetilcolina,* o substanţă chimică al cărei nivel creşte în timpul orelor de veghe, este, de asemenea, puternică în timpul somnului REM, scrie *Johns Hopkins Medicine.* Când omul este treaz, *acetilcolina* pare să ajute creierul să păstreze informaţiile adunate şi probabil îl ajută să îşi amintească aceste informaţii în timpul somnului. De aceea, când citim ceva chiar înainte de culcare, roman sau curs universitar, şi apoi ne ia somnul şi adormim, asta ne poate ajuta să ne amintim informaţiile-cheie a doua zi când ne trezim.

Pe măsură ce adormim, creierul nostru foloseşte un model de unde cerebrale cunoscut sub numele de „fâşii ale coloanei vertebrale", care, conform *Sleep Foundation,* nu sunt pe deplin înţelese, dar se consideră că „joacă un rol în învăţarea şi integrarea noilor amintiri". Aceste „fâşii" pot juca, de asemenea, „un rol în a ne asigura că rămânem adormiţi chiar şi atunci când creierul nostru înregistrează stimuli externi".

Un studiu din 2019, publicat în revista *Science,* a descoperit că în timpul somnului, „creierul „se spală", se curăţă, într-un amestec de lichid cefalorahidian şi sânge. Înţelegerea naturii acestui ciclu de curăţare, ar putea ajuta la descoperirea de noi informaţii despre „deficienţele legate de vârstă", precum şi despre „o varietate de tulburări neurologice şi psihologice care sunt frecvent asociate cu întreruperea modelelor de somn, inclusiv autismul şi boala Alzheimer", sunt de părere cercetătorii.

„CE SE ÎNTÂMPLĂ ÎN CREIERUL NOSTRU ÎN TIMP CE DORMIM? CE SUBSTANŢE ACŢIONEAZĂ PENTRU UN SOMN ADECVAT, IATĂ ÎNTREBĂRI LA CARE CERCETĂTORII ÎNCEARCĂ SĂ RĂSPUNDĂ.

Creierul nostru ne menţine în viaţă atunci când dormim sau suntem treji, dar, potrivit lui David Raizen, „există unele procese ale creierului despre care se observă că apar de preferinţă în timpul somnului". „Acestea includ secreţia de hormon de creştere la om, eliminarea metaboliţilor reziduali (care se acumulează în timpul orelor de veghe), modificări ale metabolismului şi modificări ale puterii de comunicare între celulele creierului (neuroni)."

Un studiu din 2017, publicat în revista *Nature Medicine,* a constatat că „privarea de somn perturbă capacitatea celulelor creierului de a comunica între ele", ceea ce „conduce la deficienţe mentale temporare care afectează memoria şi percepţia vizuală".

Autorul principal al studiului, dr. Itzhak Fried, profesor în rezidenţă şi director al Programului de Chirurgie a Epilepsiei de la Universitatea din California, Los Angeles, a remarcat că „privarea corpului de somn, de asemenea, afectează capacitatea neuronilor de a funcţiona corect".

Această idee este susţinută şi de NINDS, care spune că „somnul de calitate este la fel de esenţial pentru supravieţuire ca mâncarea şi apa. Fără somn nu poţi forma sau menţine căile din creier care îţi permit să înveţi şi să creezi noi amintiri şi face mai dificilă capacitatea de a te concentra şi de a răspunde rapid".

Deşi este clar că „există o legătură între somnul slab calitativ şi anumite rezultate negative asupra sănătăţii, diabet de tip 2, boli cardiovasculare, obezitate şi depresie, pentru a numi doar câteva", Raizen recunoaşte că „rămâne un mister în jurul naturii relaţiei dintre ele şi că nu ar fi înţelept să tragem concluzii definitive pe baza datelor disponibile până în prezent".

„Există multe stări de sănătate precară observate care se corelează cu somnul redus sau de proastă calitate", spune cercetătorul, dar „este dificil să ştim dacă somnul prost cauzează aceste probleme, mai degrabă decât invers". Aşadar, în timp ce diverse studii au arătat că somnul „joacă un rol foarte necesar în menţinerea sănătăţii oamenilor şi că este vital pentru funcţionarea adecvată a creierului", subliniază Raizen, „există încă multe întrebări despre somn şi asocierea lui cu creierul care rămân fără răspuns".

Aşadar, există încă multe mistere despre cum dormim, care sunt centrii cerebrali implicaţi în iniţierea, întreţinerea şi terminarea somnului. Care sunt substanţele chimice ale creierului implicate în această activitate? Cum trece creierul de la somnul cu mişcarea rapidă a ochilor (REM) la somnul non-REM? De ce ne trezim?

GEORGE CUŞNARENCU

45
5 948427 000188

Biblioteca Judeţeană
MUREŞ
TÂRGU-MUREŞ

Structură neolitică Roundel

Deşi Stonhenge va rămâne o imagine emblematică pentru structurile megalitice străvechi, dedicate unor ritualuri pe care, probabil, nu le vom identifica cu precizie, prezenţa sa în spaţiul public este „concurată" de alte asemenea alcătuiri, cea mai mare surpriză fiind distanţarea geografică între amplasamentele respectivelor construcţii.

Concurenţa derivă din vechimea, care în cazul de faţă poate fi un element senzaţional, ce ridică mari semne de întrebare asupra adevăratei cunoaşteri a civilizaţiilor istorice şi, mai ales, preistorice. O descoperire epocală ar putea fi o structură neolitică aflată în apropiere de Praga, în districtul Vinor, realizată înainte de Stonehenge şi de piramidele egiptene!

Complexul cunoscut sub denumirea de *„roundel"* (incintă circulară cu şanţuri), datând din epoca de piatră, are diametrul de aproximativ 55 de metri (cât înălţimea Turnului din Pisa). Experţii au declarat că este prematur să aibă indicii despre cei care l-au construit, însă sunt convinşi că ei aparţineau unei

culturi a ceramicii, al cărei apogeu de dezvoltare s-a situat între anii 4900-4400 î.Chr.

Cercetătorii au fost înştiinţaţi despre existenţa sa în 1980, când muncitorii în construcţii instalau în zonă conducte de gaz şi apă, dar săpăturile actuale au dezvăluit pentru prima dată întreaga structură. Între timp, s-au recuperat fragmente de ceramică, oase de animale şi unelte de piatră. Unele resturi organice, datate cu carbon, găsite în săpătură ar putea ajuta echipa să identifice data construcţiei structurii şi, eventual, să o lege cu o aşezare neolitică descoperită în apropiere, estimarea iniţială fiind de circa 7.000 de ani vechime. În regiunea boemiană a Cehiei au fost descoperite şi alte structuri rotunde antice, însă nu foarte bine cunoscute până în urmă cu câteva decenii, când fotografiile aeriene şi imaginile culese cu dronele au devenit o parte foarte importantă a cercetărilor arheologice.

Datorită acestei tehnologii avansate s-a constatat că acest tip de construcţii „sunt cele mai vechi forme de arhitectură din întreaga Europă". Privite de sus, ele constau din unul sau mai multe şanţuri largi, circulare, cu mai multe goluri ce ar putea funcţiona ca intrări. Sute de asemenea lucrări de terasamente circulare au fost găsite în toată Europa centrală, dar funcţia lor este încă neclară.

Primul roundel european – Goseck Cirle – a fost descoperit în Germania, în anul 1991. Măsoară un diametru de 75 de metri şi prezintă o palisadă (element de fortificaţie) cu trei intrări despre care se presupune că funcţionează ca un observator sau un calendar.

Şi fabulosul sanctuar de la Sarmisegetusa, poate prea puţin studiat dintr-o perspectivă interdisciplinară, se încadrează pe un nivel superior al acestui gen de arhitectură antică!

D'ale romglezei

Se pare că limba engleză, ne-a invadat cu totul. Unii „cunoscători" ai limbii române susţin că acest lucru este inevitabil şi necesar. Până la un punct suntem de acord, dar nu înţelegem ce caută limba lui Shakespeare?

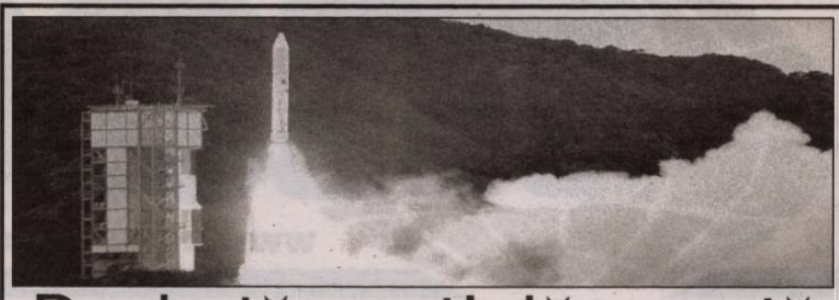
În emisiunile culinare de televiziune aceste aşa-zise „împrumuturi" ne izbesc la tot pasul şi drept în frunte. Aproape ne-am obişnuit cu termeni ca „spicy" sau „tasty" dar nu înţelegem de ce, ca să-şi exprime un soi de mirare folosesc obsedant formula „who knows?!". Oare dacă ar fi spus româneşte „cine ştie?!" n-ar mai fi putut învârti lingura în cratiţă?

Să vorbim corect!

Acest lucru îmi aminteşte că în secolul trecut, pentru a ironiza exagerările franţuzeşti circula o poezioară stupidă, dar cu adresă exactă: „je suis dans la pădure/ Ou mangeais câteva mure".

Pentru a nu ne lăsa mai prejos de predecesorii noştri vă oferim o variantă în limba engleză: „As I was in the pădure/ I was eating ceva mure". *(I.S.)*

P.S. Rugăm cunoscătorii reali de limba engleză să ierte unele greşeli de exprimare, dar scopul nostru nu a fost etalarea corectă a cunoştinţelor în acest domeniu.



Rachetă spaţială eşuată

O „anomalie" neidentificată a unei rachete lansate la Centrul Spaţial Uchinoura, în sudul Japoniei, a întrerupt zborul acesteia la mai puţin de şapte minute după decolare.

Agenţia spaţială niponă a anunţat că a transmis un ordin de autodistrugere rachetei sale Epsilon-6, după o lansare eşuată din cauza unei probleme care a compromis siguranţa zborului. Operaţiunea s-a efectuat de la Centrul Spaţial Uchinoura din Kagoshima, în sudul Japoniei. Racheta fără pilot, aflată la a şasea sa misiune, plasa pe orbită sateliţi, pentru a demonstra tehnologii „inovatoare". „Racheta nu putea continua un zbor sigur, din cauza pericolului pe care l-ar crea dacă ar cădea la sol, a declarat un oficial JAXA (Japan Aerospace Exploration Agency). Prin urmare, am luat măsuri pentru a evita un astfel de incident şi am trimis semnalul pentru a distruge racheta."

Pentru Japonia, aceasta a fost prima lansare eşuată de rachetă după anul 2003, iar ordinul de autodistrugere a fost emis la aproximativ 10 minute după decolare. Racheta Epsilon-6 cu combustibil solid este folosită din 2013. Mai mic decât modelul nipon anterior, cu combustibil lichid, este un succesor al rachetei cu combustibil solid „M-5", retrasă în 2006 din cauza costului ridicat. JAXA descrie Epsilon ca fiind „o rachetă cu combustibil solid concepută pentru a coborî limitele extrapământene şi pentru a introduce o epocă în care toată lumea să poată folosi spaţiul activ", cu o lungime de 26 de metri şi o greutate de 95,6 tone.

RAISE-3, un satelit în formă de cutie transportat de rachetă, trebuia să orbiteze Pământul cel puţin un an, potrivit unei fişe informative JAXA despre misiunea numită „Demonstraţie inovatoare de tehnologie prin satelit-3". Noile tehnologii de încercare, realizate de universităţi, institute de cercetare şi companii, au variat de la „impulsorul cu plasmă pulsată" al Universităţii Metropolitane din Tokyo până la un experiment de „recoltare de energie cu structură uşoară integrată origami". Pe lângă RAISE-3, şapte microsateliţi au fost lansaţi de racheta Epsilon-6. Ultima lansare eşuată a unei rachete spaţiale a Japoniei a fost în 2003, când ţara a renunţat la plasarea în spaţiu a unei perechi de sateliţi spion pentru a monitoriza Coreea de Nord.

„Inseminarea" extraterestră a vieţii

O întrebare tulburătoare şi extrem de importantă care i-a obsedat pe oamenii de ştiinţă şi nu doar pe ei este provenienţa pe Pământ a elementelor de bază ale vieţii (ADN-ul şi precursorii săi chimici).

Fără a avea un răspuns veridic deocamdată, există însă mai multe ipoteze. O teorie afirmă că viaţa a apărut dintr-o „supă primordială" de elemente chimice care a existat pe Pământ cu miliarde de ani în urmă. O a doua susţine că acele „cărămizi" ale vieţii au fost depuse aici de comete, asteroizi şi meteoriţi care s-au izbit de planetă în trecutul îndepărtat.

Mult timp, prima teorie a fost cea mai acceptată, dar dovezi puternice în favoarea teoriei inseminării extraterestre au fost descoperite recent, de o echipă de oameni de ştiinţă şi biochimişti din Japonia şi NASA, care au reexaminat fragmente din trei meteoriţi prăbuşiţi pe Terra în 1950 („Murray", în Kentucky), 1969 („Murchinson", în Australia) şi 2000 („Tagish Lake", în British Columbia). Studiul a fost publicat recent în revista *Nature Communications.*

Cercetătorii au descoperit urme de compuşi chimici cunoscuţi sub numele de citozină şi timină, elemente esenţiale în formarea ARN-ului şi ADN-ului. Acestea nu au fost detectate în rămăşiţele de meteoriţi din studiile anterioare şi nici nu au mai fost găsite până acum în alte probe de meteorit sau cometă recuperate de pe suprafaţa Pământului. În schimb, toţi ceilalţi precursori chimici ai ADN-ului au fost găsiţi, ceea ce înseamnă că citozina şi timina reprezintă ultimele două piese ale puzzle-ului generator de viaţă. Asteroizii, meteoriţii şi cometele antice ar fi conţinut cantităţi mari atât de apă, cât şi de molecule pe bază de carbon.

Dacă mulţi dintre ei ar fi lovit Pământul, planeta ar fi avut toate elementele pentru a susţine sinteza ADN-ului şi ARN-ului şi, în cele din urmă, dezvoltarea vieţii.

Această teorie nu dovedeşte că viaţa terestră a evoluat din substanţele chimice transportate la suprafaţa planetei de meteoriţi sau alte obiecte spaţiale, dar prezenţa precursorilor ADN în probele de meteoriţi este în concordanţă cu această posibilitate şi de aceea noua descoperire reprezintă un pas înainte semnificativ în căutarea adevărului despre cum a început viaţa pe Pământ.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de
CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.
magazin
Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991.
Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, cod 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU Preşedintă
GEORGE CUŞNARENCU Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.65
Irina Stoica, Gabriel Tudor, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

Responsabil de număr: Ionel Cojocaru
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu
PUBLICITATE: Tel.: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
Nicuşor Dincă (director) – 0722.625.622, Simion Ionescu
FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI)
Unicredit Bank S.A. – Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001
B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com
GEORGE CUŞNARENCU Redactor-şef
ADRIAN HOAJĂ, MELANIA CONSTANTINIU

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, corp C3, etaj 1, cam. 49-52, sector 1, Bucureşti, România
Tel.: 021.317.89.65
E-mail: redactia.revistamagazin@yahoo.com

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

Tiparul: TIPOART IDEA STUDIO S.R.L.

Afecțiunile cronice, detectate de o aplicație mobilă

O aplicație mobilă ar putea fi în curând capabilă să diagnosticheze afecțiunile cronice de sănătate folosind sunetul vocii umane. Oamenii de știință construiesc un dispozitiv dotat cu inteligență artificială care analizează vibrațiile din vorbire și modelele de respirație pentru a căuta indicii de boală.

Experții știu deja că vorbirea este alterată de afecțiuni precum Parkinson sau accidentul vascular cerebral, în timp ce respirația este afectată de bolile pulmonare. Speranța este că programul informatic va putea diagnostica o gamă largă de afecțiuni – inclusiv cancerul și depresia.

O coaliție de experți va începe prin a colecta vocile persoanelor cu afecțiuni din cinci domenii: tulburări neurologice, tulburări vocale, tulburări de dispoziție, tulburări respiratorii și tulburări pediatrice precum autismul și întârzierile de vorbire. Dr. Yael Bensoussan, director al Centrului Health Voice al Universității South Florida, conduce cercetători din 12 instituții de cercetare.

Ea consideră că „vocea are potențialul de a fi un biomarker pentru mai multe afecțiuni medicale". „Crearea unui cadru eficient care încorporează seturi uriașe de date folosind cele mai bune tehnologii actuale într-o manieră colaborativă va revoluționa modul în care vocea este folosită ca instrument pentru a ajuta medicii să diagnosticheze boli și tulburări", susține dr. Bensoussan.

Echipa ei speră să colecteze aproximativ 30.000 de mostre unice de voce până în 2026, pe lângă datele privind alți biomarkeri, cum ar fi datele clinice și informațiile genetice.

Demersul doctorului Bensoussan nu este primul efort de a determina puterea de diagnosticare a vocii umane, însă studiile anterioare s-au bazat pe seturi de date prea mici, iar preocupările legate de confidențialitatea datelor au fost pe primul loc. Proiectul beneficiază de sprijinul financiar al guvernului american.

„Textile" electronice

Dacă telefonul tău rămâne fără energie când ești plecat, problema ar putea fi în curând de domeniul trecutului, deoarece oamenii de știință au dezvoltat o îmbrăcăminte specială, care poate încărca dispozitivele cu ajutorul energiei solare.

Cercetătorii de la Universitatea Nottingham Trent au creat o țesătură cu 1200 de celule fotovoltaice sau panouri solare miniaturale. Acestea pot capta 400 de miliwați de energie electrică de la soare – suficient pentru a încărca un ceas inteligent sau un telefon mobil – și ar putea fi folosite pentru a confecționa haine.

Dr. Theodore Hughes-Riley, cercetător în domeniul textilelor, a declarat: „Acest prototip oferă o imagine interesantă a potențialului viitor al textilelor electronice. Până acum, foarte puțini oameni s-ar fi gândit că hainele sau produsele lor textile ar putea fi folosite pentru a genera electricitate. Materialul pe care l-am dezvoltat se comportă la fel ca orice material textil obișnuit, deoarece poate fi răsucit și spălat la mașină. Dar sub suprafață se ascunde o rețea de peste o mie de celule fotovoltaice minuscule, care pot exploata energia solară pentru a încărca dispozitivele personale."

În țesătură sunt încorporate celule solare de doar 5 mm lungime și 1,5 mm lățime, nedetectabile pentru cel

care le poartă. Fiecare celulă solară are un strat de rășină polimerică rezistentă la apă, iar acestea sunt conectate cu cabluri puternice și flexibile în interiorul materialului respirabil.

În viitor, aceste bucăți de „țesături electrice" ar putea fi încorporate într-o piesă de îmbrăcăminte, cum ar fi o jachetă, sau utilizate ca parte a unui accesoriu, cum ar fi un rucsac. Proiectanții s-au asigurat că ele pot fi expuse la aceleași forțe ca și hainele de zi cu zi și că pot fi spălate în mașină la 40°C, împreună cu alte rufe. Testele au arătat că materialul a generat o putere de 335,3 miliwați la 103200 lucși de lumină solară. Aceștia estimează că la 120.000 lucși – lumina directă a soarelui la amiază – materialul ar genera până la 394 de miliwați de electricitate.

Dr. Hughes-Riley precizează: „Textilele electronice au într-adevăr potențialul de a schimba relația oamenilor cu tehnologia, deoarece acest prototip arată cum am putea renunța la încărcarea multor dispozitive la priză. Am combinat tehnici de țesut vechi cu tehnologia modernă pentru a crea produse viitoare care ar putea schimba percepția oamenilor asupra hainelor și a produselor electronice."

Femeile, mai bune la memoria verbală

Recent, cercetătorii de la Universitatea din Bergen, Norvegia, au analizat rezultatele a 168 de studii privind diferențele de gen în ceea ce privește „fluența verbală" și „memoria verbală-episodică" (capacitatea de a ne reaminti cuvinte întâlnite în trecut), ajungând la concluzia că femeile sunt mai eficiente decât bărbații atunci când este vorba despre rezolvarea careurilor de cuvinte încrucișate sau descoperirea de cuvinte la jocuri precum scrabble.

„Avantajul femeilor este consecvent de-a lungul timpului și de-a lungul vieții", a declarat profesorul Marco Hirnstein, principalul autor al studiului. „Majoritatea aptitudinilor intelectuale nu prezintă diferențe sau prezintă diferențe neglijabile în ceea ce privește performanța medie între bărbați și femei. Cu toate acestea, femeile excelează în unele sarcini, precum cele lingvistice", afirmă Hirnstein.

Înainte de acest studiu, ultima analiză lingvistică pe genuri, în ceea ce privește fluența verbală și memoria a fost realizată în 1988. Aceasta a identificat un mic avantaj feminin, însă Hirnstein și colegii săi au dorit să actualizeze acest rezultat și să descopere amploarea actuală a diferenței.

Ei au efectuat o „meta-analiză" a datelor combinate ale tuturor tezelor de doctorat, tezelor de masterat și studiilor publicate în reviste științifice pe care le-au putut găsi. Aceasta a cuprins date de la mai mult de 350.000 de participanți luate în ultimii 50 de ani. Cercetătorii au analizat, de asemenea, modul în care rezultatele studiilor au fost legate de sexul primului sau ultimului autor, de anul publicării și de vârsta participanților.

Rezultatele au constatat un avantaj mic, dar consistent pentru femei în ceea ce privește fluența verbală și memoria verbală. Cu toate acestea, în ceea ce privește fluența verbală, avantajul femeilor s-a manifestat doar în ceea ce privește „fluența fonemică", adică numirea cuvintelor care încep cu o anumită literă. Diferențele de gen au fost dependente de categorie atunci când se numesc lucruri care sunt, de exemplu, roșii sau rotunde, în ceea ce se numește fluență semantică.

Cercetătorii consideră că rezultatele lor ar putea contribui la îmbunătățirea evaluărilor de diagnostic care testează aceste abilități verbale, cum ar fi cele pentru demență. Ei spun că știind că femeile sunt în general mai bune în aceste sarcini este esențial pentru a preveni ca femeile să fie subdiagnosticate, din cauza performanțelor lor mai bune, în medie. În plus, acest lucru ar putea preveni supradiagnosticarea bărbaților care au o performanță medie mai mică la aceleași teste.

Dezavantajele dispozitivelor cu comandă vocală

Dispozitivele cu comandă vocală, precum Alexa, Siri și Google Home, foarte populare în casele din întreaga lume, permit utilizatorilor să pună întrebări și să primească instantaneu răspunsuri. Dar acest lucru ar putea împiedica abilitățile de învățare, gândirea critică și empatia celor mai tineri dintre utilizatori, susține Dr. Anmol Arora, cercetător la Universitatea Cambridge.

Copiii pot pune o întrebare și pot primi un răspuns „concis", dar acest lucru contravine modului tradițional în care ei învață și absorb informațiile. Spre comparație, atunci când un adult răspunde la întrebarea unui copil, el poate adăuga contextul, poate explica limitele cunoștințelor sale și poate deslușI raționamentul copilului. Dar dispozitivele inteligente nu pot reproduce acest proces. Iar accesul ușor la răspunsuri poate avea ca rezultat faptul că copiii nu caută singuri informațiile – un proces necesar pentru ca ei să învețe gândirea critică și raționamentul logic.

De asemenea, tehnologia poate oferi copiilor răspunsuri

nepotrivite și potențial periculoase. Dispozitivele ridică, de asemenea, probleme de confidențialitate prin înregistrarea conversațiilor copiilor, afirmă dr. Arora. Pe lângă faptul că ar putea fi nepotrivite pentru copii, aceste tehnologii le pot împiedica dezvoltarea socială.

Acest lucru este cauzat de faptul că asistenții vocali nu îi pot învăța pe copii cum să se comporte politicos, deoarece nu este nevoie să spună „te rog" sau „mulțumesc" ori să folosească un ton de voce grijuliu.

„Lipsa capacității de comunicare non-verbală face ca utilizarea dispozitivelor să fie o metodă slabă de învățare a interacțiunii sociale. În timp ce în interacțiunile umane normale un copil ar primi de obicei un feedback constructiv dacă s-ar comporta necorespunzător, acest lucru este dincolo de domeniul de aplicare al unui dispozitiv inteligent", afirmă Arora.

Specialistul recunoaște că asemenea gadgeturi sunt benefice pentru populație prin faptul că oferă informații rapide, ajută la activitățile zilnice și oferă companie adulților singuri, dar avertizează că, în cazul copiilor, interacțiunea cu dispozitivele într-o etapă crucială a dezvoltării sociale și emoționale ar putea avea consecințe pe termen lung asupra empatiei, compasiunii și gândirii critice.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

George al V-lea – unicul rege eutanasiat

Deşi vreme de decenii s-a crezut că unul dintre cei mai îndrăgiţi suverani britanici, George al V-lea, a murit răpus de boală, în 1936, publicarea unor fragmente din jurnalul medicului regal, lordul Dawson, de către biograful acestuia, în 1986, a relevat lumii un fapt zguduitor: suveranul fusese eutanasiat.

Biograful său descoperise aceste însemnări când scria despre viaţa lordului Dawson în 1950, dar el şi văduva lordului au decis să nu includă eutanasia regelui în biografia tipărită atunci.

Ultimele cuvinte ale regelui George al V-lea fuseseră date publicităţii ca fiind: „Ce mai face Imperiul?", iar cuvintele sale au fost deseori repetate cu reverenţă şi tristeţe pentru cât de emoţionant era faptul că regele era preocupat de sănătatea regatului în timp ce se afla pe moarte.

Potrivit notiţelor lordului Dawson, ultimele cuvinte ale regelui au fost de fapt: „Să te ia naiba!" şi au fost adresate asistentei sale, în timp ce aceasta îi injecta, sub supravegherea lordului Dawson, o doză de morfină care nu era fatală, pentru a-l adormi. Oare înjurătura a fost adresată pentru că regele bănuia ce aveau de gând să-i facă medicul şi asistenta?

Nu vom găsi niciodată răspunsul la această întrebare, întrucât, după acea primă injecţie de morfină din seara respectivă, el nu şi-a mai recăpătat niciodată cunoştinţa. Uciderea „din milă" a lui George al V-lea a avut loc mai târziu, în aceeaşi seară. La ora 21:30, lordul Dawson a scris un buletin medical în care nota: „Viaţa regelui se îndreaptă paşnic spre final."

După ce regele şi-a pierdut cunoştinţa, Cosmo Lang, arhiepiscopul de Canterbury, a venit şi s-a rugat la căpătâiul lui. După ce arhiepiscopul a plecat, lordul Dawson a pregătit două injecţii fatale.

Asistenta regelui a refuzat să coopereze, aşa că Dawson a administrat el însuşi injecţiile, prima conţinând trei sferturi de gram de morfină, iar cea de-a doua un gram de cocaină. Potrivit

notiţelor sale, Dawson a aranjat cu răceală ca moartea regelui să aibă loc înainte de miezul nopţii, pentru ca anunţul să apară mai întâi în ediţia de dimineaţă a ziarului *Times* şi nu în vreo publicaţie mondenă.

„În jurul orei 11 era evident că ultima etapă ar putea dura mai multe ore, necunoscute pacientului, dar puţin conforme cu demnitatea şi seninătatea pe care le merita cu prisosinţă şi care cereau o scurtă scenă finală. Ore întregi de aşteptare doar pentru sfârşitul mecanic, când tot ceea ce este cu adevărat viaţă a plecat, nu fac decât să epuizeze privitorii şi să îi ţinăe atât de încordaţi încât nu se pot folosi de mângâierea gândului, a comuniunii sau a rugăciunii. Prin urmare, am decis să determin sfârşitul şi am injectat (eu însumi) morfină gr. 3/4 şi, la scurt timp după aceea, cocaină gr. 1 în vena jugulară." *(Însemnările medicului lord Dawson)*

În notele lordului Dawson se mai precizează că regina Maria şi prinţul de Wales, care avea să devină Eduard al VIII-lea, i-au spus că nu doreau ca viaţa regelui să fie prelungită inutil dacă boala sa era în mod clar fatală. Dar niciunul dintre ei nu i-a atras atenţia lordului Dawson că există o mare diferenţă morală între a prelungi „inutil" o viaţă şi a pune capăt unei vieţi la timp pentru a obţine anunţul de deces în ediţia de dimineaţă a ziarului *Times*.

Bizar este faptul că în 1935, regele prezisese cu exactitate căderea fiului său, Edward: „După ce eu voi muri, băiatul se va ruina singur în 12 luni". A mai spus acest lucru despre cel de-al doilea fiu al său, Albert (Bertie), şi despre iubita sa nepoată Elisabeta: „Mă rog la Dumnezeu ca fiul meu cel mare să nu se căsătorească niciodată şi să nu aibă copii şi ca nimic să nu se interpună între Bertie, Lilibet şi tron."

Înainte de sfârşitul anului, aşa cum prevăzuse tatăl său, Eduard al VIII-lea a renunţat la coroană pentru a se căsători cu americanca Wallis Simpson, divorţată de două ori. Când Edward a abdicat înainte de sfârşitul anului 1936, tatăl prinţesei Elisabeta, Albert, a devenit regele George al VI-lea. S-a ajuns ca 1936 să fie denumit „Anul celor trei regi".

Fotodocument

Cu picioarele pe Pământ...

Acest instantaneu înregistrat în condiţii precare surprinde însă un moment istoric: el a fost realizat pe un câmp dintre satele Smelovka şi Podgornoe, raionul Saratov, pe 12 aprilie 1961, la doar câteva minute de când Iuri Gagarin, primul om ajuns în spaţiul cosmic, a revenit pe Pământ.

Uluitoarea poveste a Brigăzii „Dirlewanger"

Armatele au folosit deţinuţi ca soldaţi pe front: Franţa imperială a desfăşurat trupele *Bat' d'Af'* în cele mai dure dintre coloniile sale, iar în timpul Războiului Civil American, unii soldaţi confederaţi capturaţi jurau credinţă Uniunii şi deveneau yankei.

Naziştii au folosit din plin penitenciarele, în special în ultimii doi ani ai celui de-al Doilea Război Mondial. Cea mai hulită unitate de acest gen a fost Divizia 36 Grenadieri din Waffen SS sau Brigada „Dirlewanger", care a început ca o unitate experimentală de braconieri şi a devenit o divizie de criminali înarmaţi.

Conducătorul acesteia, Oskar Dirlewanger, s-a născut în 1895 şi, înrolat în armata germană la vârsta de 18 ani, a luptat ca mitralior pe Frontul de Vest. Între războaie, Dirlewanger s-a înscris la facultate, a obţinut un doctorat în ştiinţe politice, s-a alăturat Partidului Nazist, a bătut comunişti germani, a furat bani de la angajatorii săi şi s-a folosit de poziţia sa în partid pentru a viola o fată de 14 ani.

Un tribunal german l-a condamnat pe Dirlewanger pentru viol. Naziştii l-au dat afară din partid, iar colegiul i-a revocat doctoratul după ce a fost trimis la închisoare. Un raport al Gestapo din 1942 îl descria pe Dirlewanger ca fiind „un fanatic violent şi alcoolic, instabil mintal, care avea crize violente sub influenţa drogurilor".

El a apelat la sprijinul unui fost camarad de pe Frontul de Vest, ofiţerul SS Gottlob Berger, care l-a scos din închisoare şi l-a trimis să lupte cu unităţile germane în Războiul Civil Spaniol.

Dirlewanger a servit cu distincţie, fiind reprimit de nazişti în partid, iar Berger l-a acceptat în SS. În aceeaşi perioadă, naziştii au graţiat condiţionat braconierii aflaţi în închisorile germane, spre a-i folosi la „vânarea" şi uciderea partizanilor din teritoriile ocupate.

La intervenţia lui Berger, Dirlewanger a fost numit la conducerea unităţii de braconieri şi trimis în Polonia. Brigada „Dirlewanger" a rămas repede fără braconieri, dar efectivele au fost completate cu criminali şi dezertori. Dirlewanger menţinea disciplina unităţii prin bătăi şi împuşcături. El le-a dat oamenilor săi mână liberă să jefuiască, să violeze şi să ucidă fără discernământ.

Ofiţerii din Wermacht şi chiar cei din SS îi considerau pe Dirlewanger şi pe oamenii săi detestabili, aşa că unitatea lor a fost mutată în Belarus, unde a ucis peste 30.000 de oameni.

Metoda sa preferată de suprimare era să adune civilii nevinovaţi într-un hambar, să-i dea foc şi să mitralieze pe toţi cei care fugeau. Rândurile grupului s-au mărit şi a devenit oficial un regiment. Brigada „Dirlewanger" a început să accepte în rândurile sale şi bolnavi mintali care comiseră crime.

Când germanii s-au retras, în faţa tăvălugului Armatei Roşii, Brigada Dirlewanger s-a întors în Polonia, unde avea să comită oribile crime de război în timpul Revoltei de la Varşovia şi al Masacrului de la Wola. După Varşovia, Brigada „Dirlewanger" a plecat să înăbuşe revolta slovacilor, dar războiul din Europa se va încheia înainte ca brigada să săvârşească alte atrocităţi.

Rănit în piept de un glonţ sovietic, Dirlewanger a supravieţuit şi s-a ascuns, fiind capturat de autorităţile franceze de ocupaţie la Altshausen, în sudul Germaniei. Acuzat de crime de război, Dirlewanger a fost internat într-un lagăr, dar nu a mai ajuns să fie judecat, murind în lagăr.

Autorităţile franceze de la acea vreme au susţinut că Dirlewanger ar fi decedat din cauze naturale, dar colegul de celulă al bărbatului a declarat că a văzut cum gardienii polonezi îl bătuseră până la moarte, un sfârşit potrivit pentru unul dintre cei mai sălbatici criminali de război din al Doilea Război Mondial.

Pagină realizată de **GABRIEL TUDOR**

Astăzi în istorie

10 noiembrie 1982

A murit liderul sovietic Leonid Brejnev

Născut pe 19 decembrie 1906 la Kamenskoe, în Ucraina, Leonid Brejnev a fost topograf în anii 1920, după care, în 1931, s-a înscris în Partidul Comunist al Uniunii Sovietice (PCUS) şi a devenit inginer metalurg.

A fost director al unei şcoli tehnice şi a deţinut o serie de funcţii de partid; cariera sa a înflorit sub Stalin, iar în Al Doilea Război Mondial, Brejnev a fost comisar politic în Armata Roşie, ajungând general-maior (1943).

În 1950 a fost trimis în Moldova ca prim-secretar al Partidului Comunist Moldovenesc, cu sarcina de a sovietiza populaţia românească din acest teritoriu cucerit. În 1952 a fost ales membru al

Comitetului Central al PCUS. La moartea lui Stalin (martie 1953), Brejnev şi-a pierdut postul din Comitet, însă în 1955 Nikita Hruşciov, noul lider suprem de la Moscova, l-a promovat în funcţia de prim-secretar al Partidului Comunist din Kazahstan, iar în 1956 a fost reales în funcţiile pe care le deţinea în Comitetul Central.

Un an mai târziu Brejnev a fost numit membru al Politburo. În toamna lui 1964 a condus puciul care l-a forţat pe Hruşciov să plece de la putere şi a devenit prim-secretar al PCUS. În calitate de lider al URSS, în anii 1970, Brejnev a încercat să normalizeze relaţiile cu SUA, dar totodată a extins enorm complexul militar-industrial sovietic, sovieticii ajungând la paritate cu americanii în privinţa armelor nucleare strategice.

Dezvoltarea neîncetată a industriei de apărare şi a celei aerospaţiale de către Brejnev a lăsat alte sectoare ale economiei tot mai lipsite de fonduri, ceea ce a dus la penurie şi la scăderea nivelului de trai în anii 1970.

În mai 1977, Brejnev a fost ales în funcţia de preşedinte al Prezidiului Sovietului Suprem. În 1979, Uniunea Sovietică a invadat Afganistanul. De asemenea, guvernul lui Brejnev a contribuit la planificarea suprimării de către generalul Wojciech Jaruzelski a sindicatului polonez Solidaritatea, în decembrie 1981. Brejnev a păstrat puterea până la sfârşitul vieţii, în ciuda sănătăţii tot mai fragile.

E bine de ştiut

Grupele sangvine, „hărţi" clare ale profilului nostru biologic sunt elementele de bază ale sistemului imunitar. Surprinzător însă, pentru creşterea imunităţii se recomandă adoptarea unei anumite diete, dar şi practicarea unei activităţi fizice adecvate grupei sangvine.

Astfel, ***persoanele care au grupa 0*** prezintă sensibilitate la alergeni şi predispoziţie la afecţiuni cum sunt astmul, bolile tiroidei şi cele ale sistemului digestiv. Li se recomandă o dietă pe bază de peşte, carne de pui şi de vită. Lactatele, ouăle şi cerealele trebuie consumate cu moderaţie, iar exerciţiile fizice

Dieta şi sportul dictate de grupa sangvină

indicate trebuie să fie intense, de genul aerobicului sau joggingului.

Persoanele cu ***grupa sangvină A*** sunt expuse riscului de a suferi de boli cardiovasculare, diabet şi cancer. Li se recomandă alimentaţie vegetariană şi peşte. Activităţile fizice recomandate constau în plimbări, exerciţii de yoga sau pilates.

Pentru ***grupa sangvină B*** specialiştii spun că există predispoziţie la alergii şi la boli legate de vezica urinară. Sunt recomandate înotul, tenisul, mersul pe bicicletă şi o dietă diversificată.

Cei cu ***grupa AB*** dezvoltă mai rar alergii, dar prezintă riscuri pentru anemii şi boli cardiace. Dieta potrivită se bazează pe lactate, legume, fructe, peşte, iar ca activităţi fizice li se recomandă cele relaxante.

Concluzia? Cu o dietă sănătoasă, completată de practicarea unor sporturi adecvate grupei sangvine organismul este mai viguros.

Dr. ANDY ANDREI

Pentru dumneavoastră, doamnă

7 greşeli alimentare

Tentaţiile alimentare pe care le întâlneşti la tot pasul îţi sabotează constant dorinţa de a slăbi câteva kilograme. Şi totuşi, dacă reperezi greşelile alimentare şi încerci să le corectezi, vei constata rezultate certe în lupta cu kilogramele.

Să vedem care sunt cele mai frecvente greşeli alimentare şi cele mai bune soluţii pentru a le evita.

1 Se ştie demult că dacă sari peste micul dejun vei mânca peste măsură la prânz şi seara. O cercetare publicată în Jurnalul American de Cardiologie arată că persoanele care nu mănâncă micul dejun au un risc cu 87% mai mare de a muri din cauza afecţiunilor cardiovasculare, decât cele care mănâncă micul dejun zilnic. Concluzia? Nu sări peste micul dejun.

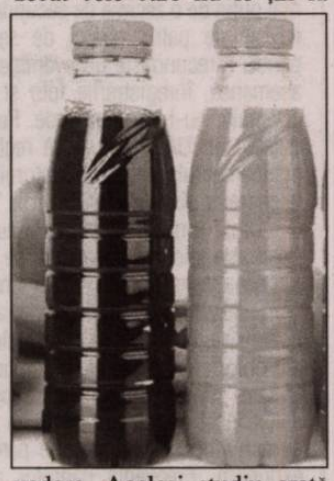
2 Nu ignora faptul că vizitele dese în localuri cu profil de fast-food sunt o lovitură puternică în lupta cu kilogramele. Evită astfel de festinuri sau alege supe sau salate fără dressing.

3 Stresul de la locul de muncă, mesele sărite, obligaţiile familiale cauzează consumul de alimente din cauze emoţionale. Dacă fiind stresată încerci să te linişteşti consumând mâncare sau dulciuri, aceasta este o problemă pe care trebuie să o rezolvi rapid cu un specialist.

4 O altă greşeală o reprezintă mâncatul pe fugă. Ştiinţa ne spune că abia după 15-20 de minute de când ai început să mănânci semnalul de saţietate va fi transmis de creier. Înseamnă că mesele rapide vor duce inevitabil la exces alimentar. Acordă meselor importanţa cuvenită şi efectul se va vedea pe cântar.

5 Suntem în plin sezon al nunţilor şi botezurilor. Mănâncă înainte de a pleca de acasă, iar la eveniment selectează doar ceea ce pare sănătos.

6 Un studiu al Cornell Food and Brand Lab arată că femeile care ţin pe masă sucuri acidulate cântăresc cu 11,8 kg mai mult decât cele care nu le ţin la vedere. Acelaşi studiu arată că persoane care ţin cerealele la vedere cântăresc cu 9 kg mai mult, iar cele care ţin fursecuri, cu 3,6 kg. Concluzia este că alimentele ţinute la vedere reprezintă tentaţii care trebuie eliminate.



7 Consumul de alimente în miez de noapte, indiferent cât de sănătoase ţi se par, sunt o cauză a acumulării de kilograme. Evită-le pentru că altfel efectul curei de slăbire va fi zero!

Creierul şi mersul pe jos

Prof. dr. Kirk Erickson de la Universitatea din Pittsburgh a urmărit, în cadrul unui studiu timp de 9 ani, 300 de seniori cu vârste de 65 de ani şi peste.

Ei trebuiau să comunice câţi kilometri parcurgeau pe jos săptămânal. Cei care au mers între 10 şi 16 km şi-au păstrat mai bine capacităţile cognitive.

Pentru validarea teoriei sale a măsurat stratul superior al creierului cu o concentraţie mare în neuroni.

Cei care parcurgeau zilnic mai mulţi kilometri aveau conservată mai multă materie cenuşie.

Gastronomice

Salată cu carne şi tăiţei

Un piept de pui sau o jumătate piept de curcan, 1/3 ceaşcă ulei, 3 linguri zeamă de lămâie, 2 linguri oţet, o lingură zahăr, o linguriţă sos de soia, 1/2 linguriţă ghimbir, o salată, tăiată fâşii, 2 şi 1/2 mandarine, o ceaşcă alune decojite, 3/4 ceaşcă tăiţei fierţi.

Carnea se fierbe sau se frige pe grătar. După ce s-a răcit se toacă fâşii şi se amestecă într-un bol cu uleiul, zeama de lămâie, oţetul, zahărul, sosul de soia şi ghimbirul. Se lasă să se fezandeze o oră sau două. Salata spălată şi scursă bine se taie fâşii şi se adaugă peste carne împreună cu mandarinele tăiate felii, alunele şi tăiţeii. Totul se amestecă bine şi se serveşte.

Clătite cu legume

250 g mazăre verde boabe, 250 g fasole verde, 3 morcovi, 100 g unt, 100 g caşcaval ras, 200 g smântână, 1 ou, 6-7 clătite.

Se prepară clătitele din 2 ouă, 200 g făină şi o ceaşcă cu lapte. Se prăjesc în cratiţa cu coadă, unsă doar cu ulei. Se curăţă şi se fierb legumele. Fasolea şi morcovii după ce au fiert se taie bucăţele mici şi se pun într-o cratiţă cu unt la foc, amestecând până încep să se rumenească. Se adaugă mazărea fiartă. Se lasă apoi deoparte să se răcească. Într-o formă unsă cu unt se pune câte o clătită, un rând de legume şi se presară cu caşcaval ras. Ultimul rând este o clătită. Se toarnă peste tot smântână amestecată cu ou şi se dă la cuptor. Se lasă până ce toată smântâna s-a încorporat.

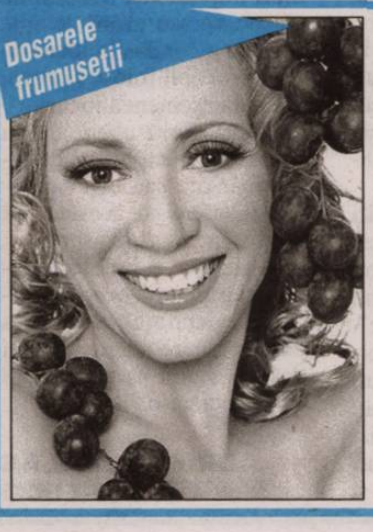
Fursecuri cu chimen şi nuci

250 g făină, 2 ouă, 130 g zahăr, o linguriţă unt, o linguriţă bicarbonat, 20 nuci curăţate şi pisate, o linguriţă chimen, unt pentru uns forma.

Se amestecă ouăle cu zahărul, apoi se adaugă untul, nucile, bicarbonatul, chimenul şi la urmă făina. Se frământă bine. Se întind două foi de 2 cm grosime. Se unge o tavă şi se coc foile la foc potrivit. Se taie fierbinte beţişoare lungi şi groase de un deget.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Dosarele frumuseţii



Măşti pentru revigorarea tenului

◆ Pentru a remedia rapid aspectul ***tenului uscat*** se impune aplicarea unor măşti emoliente, din piure de banane omogenizat cu suc de lămâie sau de portocală, în cazul tenului cu pori dilataţi, sau ulei de măsline ori din sâmburi de struguri. Măştile se menţin 20 de minute, apoi se îndepărtează spălându-se obrazul cu infuzie de muşeţel.

◆ ***Tenul normal*** nu trebuie neglijat, aşa că după demachiere se curăţă cu ceai de tei, de nalbă sau de muşeţel, pentru a se asigura hidratarea şi nutriţia.

◆ ***Tenul gras*** poate beneficia de aplicarea unor măşti din 1-2 cartofi raşi fin. După 15 minute masca se îndepărtează de pe faţă înlocuindu-se cu cele câteva linguriţe de suc de cartofi (rămas de la cartofii raşi) în care s-au adăugat câteva picături de lămâie. La final, obrazul se spală cu apă minerală.

◆ ***Tenul deshidratat*** reacţionează foarte bine la sucul de struguri, care se lasă să acţioneze 10 minute, apoi se îndepărtează de pe faţă cu apă călduţă. Pentru eficienţă maximă, tratamentul se va aplica zilnic, timp de două luni, apoi se va aplica de trei ori pe săptămână.

◆ ***Tenul obosit*** îşi recapătă aspectul plăcut, strălucitor, folosind măşti din mere rase fin.

Fenomene aerospaţiale neidentificate

OZN-uri la Kiev

Pe 23 august 2022, astronomii ucraineni Fl. Jiliaev, V.N. Petukhov şi V.M. Reshetnyk, de la Observatorul Astronomic Principal, din Kiev, al Academiei de Ştiinţe a Ucrainei (MAO NASU), au publicat un studiu ştiinţific preprint intitulat „Fenomene aeriene neidentificate I. Observaţii ale evenimentelor", postat pe site-ul web cu acces deschis arXiv.org.

Articolul, care a fost revăzut apoi în 16 septembrie 2022, spune că este vorba de o comandă a NASA, prin care o echipă de cercetare să studieze fenomenele aeriene neidentificate (UAP), evenimente care nu pot fi identificate ştiinţific ca fenomene naturale cunoscute. La observator s-a efectuat şi un studiu independent dedicat UAP.

În introducerea articolului se reaminteşte că Pentagonul este interesat de OZN-uri şi a creat în 2022 aşa-numitul Birou de Rezolvare a Anomaliilor pentru toate domeniile (AARO). Misiunea biroului va fi de a sincroniza eforturile Departamentului Apărării şi ale altor departamente şi agenţii federale din SUA de a detecta, identifica şi atribui obiecte în spaţiul aerian de interes militar asociate cu ameninţările la adresa siguranţei aeriene şi a securităţii naţionale. Aceasta include obiecte anormale neidentificate în aer, spaţiu, subacvatice şi trans-medii.

NASA va efectua, de asemenea, un studiu independent al fenomenelor neidentificate din atmosferă. NASA a înfiinţat în acest scop o echipă de cercetare care să studieze fenomenele aeriene neidentificate (UAP), adică să observe evenimente care nu pot fi identificate ştiinţific ca fenomene naturale cunoscute. Grupul de cercetare independent al agenţiei va fi condus de astrofizicianul David Spergel, fost preşedinte al Departamentului de Astrofizică de la Universitatea Princeton. Daniel Evans, ofiţer de cercetare la Direcţia de misiune ştiinţifică a NASA, va fi oficialul NASA responsabil cu organizarea studiului.

Obiecte ciudate

Cercetările efectuate în Ucraina au folosit două staţii meteorologice instalate în Kiev şi în satul Vinarivka din sudul regiunii Kiev, staţii aflate la circa 120 de kilometri una de cealaltă. Observaţiile au fost efectuate cu camere video color în timpul zilei, utilizând o tehnică originală pentru detectarea şi evaluarea caracteristicilor UAP.

Autorii afirmă că au observat peste tot o gamă largă de UAP-uri, un număr semnificativ de obiecte a căror natură nu este clară. Observaţiile de UAP au fost împărţite în două tipuri, pe care le-au numit în mod convenţional: (1) Cosmice şi (2) Fantome. Cosmicele sunt obiecte luminoase, mai strălucitoare decât fundalul cerului. Fantomele sunt obiecte întunecate, cu un contrast de la câteva procente până la aproximativ 50%. Au fost detectate zboruri ale unor obiecte singulare, dar şi grupe şi escadroane, deplasându-se cu viteze de la 3 la 15 grade pe secundă. Unele obiecte luminoase prezentau o variabilitate regulată a luminozităţii cu frecvenţa de 10 - 20 Hz. Distanţa faţă de obiecte a fost estimată prin determinarea caracteristicilor culorii acestora. „Fantomele" erau corpuri complet negre care nu emit şi nu absorb nicio radiaţie. Ele au fost observate în troposferă la distanţe de până la 10 - 12 km. Dimensiunea lor a fost estimată la 3 - 1 metri, iar vitezele de până la 15 km/s.

„Caracteristica principală a UAP – se spune în lucrare – este viteza extrem de mare. Helmholtz a stabilit că ochiul nu percepe fenomenele care durează mai puţin de o zecime de secundă. Este nevoie de patru zecimi de secundă pentru a recunoaşte un eveniment. De asemenea, înregistrările foto şi video obişnuite nu-l vor surprinde. Pentru a detecta un UAP, trebuie să reglaţi fin echipamentul: viteza obturatorului, rata cadrelor şi intervalul dinamic."

Drept urmare, cercetătorii au făcut exact asta folosind două staţii de monitorizare a meteorilor din Kiev şi Vinarivka. „Am dezvoltat o tehnică specială de observare, ţinând cont de vitezele mari ale obiectelor observate", se spune în lucrare. „Timpul de expunere a fost ales astfel încât imaginea obiectului să nu se schimbe semnificativ pe parcursul expunerii. Frecvenţa cadrelor a fost

aleasă pentru a ţine cont de viteza obiectului şi de câmpul vizual al camerei. În practică, timpul de expunere a fost mai mic de o milisecundă, iar frecvenţa cadrelor nu a fost mai mică de 50 Hz."

Timpul de expunere a fost ales astfel încât imaginea obiectului să nu se schimbe semnificativ în timpul expunerii. Frecvenţa cadrelor a fost aleasă pentru a ţine cont de viteza obiectului şi de câmpul vizual al camerei. Cadrele au fost înregistrate în format .ser cu 14 şi 16 biţi. Neîndeplinirea acestor condiţii ar duce la faptul că obiectele nu vor fi înregistrate în timpul observaţiilor. Pentru a determina coordonatele obiectelor, camerele au fost instalate în direcţia zenitului sau a Lunii.

Fără a mai intra în alte detalii, articolul celor trei astronomi este cuprinzător, întesat cu formule matematice care detaliază metodele folosite, ca şi cu peste douăzeci de fotografii şi diagrame, îndeplinind standardele unei lucrări ştiinţifice.

Astronomii ucraineni spun că există tone de OZN-uri peste Kiev scrie Matthew Gault, într-un articol din 13 septembrie 2022, în Vice/Motherboard. Spaţiul aerian al Ucrainei a fost ocupat în acest an – aceasta este natura războiului. Dar oamenii de ştiinţă din Ucraina privesc spre cer şi văd ceva la care nu se aşteptau: un număr impresionant de OZN-uri. Lucrarea nu abordează în mod specific războiul – spune comentatorul – dar în Statele Unite, Pentagonul a sugerat, a speculat şi a avertizat de mult că unele OZN-uri ar putea fi o tehnologie avansată a unor armatele străine, în special China şi Rusia (deşi nu a oferit nicio dovadă în acest sens). Lucrarea din Ucraina este remarcabilă, deoarece nu numai că arată că ştiinţa continuă şi în timpul războiului, dar analizează şi o mulţime de observaţii neobişnuite.

Tim Marchman comentează şi el că ar fi o explicaţie la îndemână că obiectele observate sunt drone, sau rachete sau altceva asociat cu războiul. Dar cei trei autori insistă că natura acestora „nu este clară". Încă de la apariţia articolului, publicaţia The Debrief a menţionat că „autorii nu propun nicio explicaţie sau ipoteză posibilă cu privire la obiecte şi aspectul lor sau dacă ar putea avea surse subiacente banale". Dar orice ar fi aceste OZN-uri, ele nu sunt, în niciun caz, arme hipersonice.

Observaţii neconcludente

Au fost şi comentarii sceptice. Mick West, pe site-ul său Metabunk, face o analiză critică a studiului UAP ucrainean şi a mai multor imagini pe care le conţinea, punând sub semnul întrebării distanţele obiectelor citate de autorii studiului şi remarcând asemănarea acestora cu insecte fotografiate în condiţii similare.

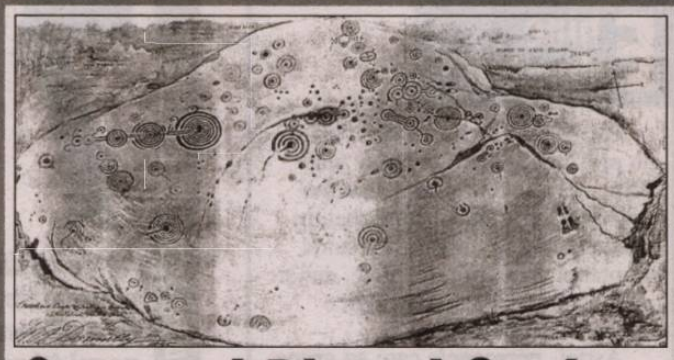
Aparent, reacţia la lucrare a fost suficient de importantă, astfel încât, pe 15 septembrie 2022, MAO NASU a organizat un seminar de astrofizică pentru a facilita interpretarea şi argumentarea faptului că evenimentele observate sunt chiar UAP şi nu fenomene de altă natură. La acest seminar a fost prezent şi B.E. Zhilyaev, autorul principal al lucrării. Consiliul ştiinţific a deplâns faptul că rezultatele studiului nu au fost revizuite sau discutate într-un colectiv extins al MAO NASU înainte de publicarea lor preprint. Declaraţia consiliului precizează că presupusul fenomen aerian descris de autorii studiului a fost obţinut în „modul de testare" a aparaturii, în timpul unor observaţii de rutină a meteorilor.

În concluziile acestei reuniuni s-a mai spus că observaţiile făcute de Zhilyaev şi colegii săi au fost „originale", deşi s-a adăugat că „prelucrarea şi interpretarea rezultatelor au fost efectuate la un nivel ştiinţific neadecvat şi cu erori semnificative în determinarea distanţelor până la obiectele observate". Alte probleme legate de cercetare au inclus absenţa unor date relevante, ca şi lipsa unor indicaţii privind situaţiile în care presupusele evenimente UAP au fost observate simultan de la cele două staţii de observare.

În plus, Consiliul a spus că autorii „nu oferă argumente că printre UAP-urile observate ar putea fi fenomene naturale sau obiecte artificiale de origine pământeană", menţionând în continuare că, în absenţa unei analize critice pentru erori şi acurateţea prelucrării datelor, „autorii postulează concluzii nerezonabile despre caracteristicile obiectelor observate ca UAP". Boris Zhilyaev, cercetătorul principal al lucrării, a refuzat să comenteze public aceste afirmaţii.

În concluzie, putem şi noi observa, pe de o parte, deschiderea extraordinară din ultimul an şi jumătate a unui număr de oameni de ştiinţă, din diferite ţări, către culegerea de date privind UAP, folosind aparatură de vârf, şi către interpretarea datelor obţinute folosind un aparat ştiinţific adecvat. Iar, pe de altă parte, persistă încrâncenarea celor care nu pot accepta existenţa unor fenomene, dincolo de ceea ce putem explica.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ



Secretul Pietrei Cochno

Marea Britanie este o zonă celebră pe harta vestigiilor rupestre preistorice, dar nu numai pentru binecunoscutul complex Stonehenge (străvechi templu megalitic), ci şi prin nenumărate alte asemenea construcţii presărate în arhipelagul european, unele dezvelite şi expuse pentru cercetători şi vizitatori, altele conservate prin acoperire cu pământ.

Unul dintre siturile care atrag şi totodată îi contrariază pe oamenii de ştiinţă în special în ultimele şase-şapte decenii este cel cunoscut sub denumirea The Cochno Stone (Piatra Cochno) sau Whitehill 1, descoperit oficial în epoca modernă, în anul 1887.

Cunoscut de localnici de foarte multă vreme, la fel ca alte cel puţin 17 panouri de artă rupestră din marginea nord-vestică a Glasgowului, acesta este considerat de unii specialişti cel mai extins şi mai spectaculos de acest gen din Europa.

Iresponsabilitatea şi teribilismul unor vizitatori ai zonei au dus la deteriorarea vestigiilor originare reprezentate de numeroase cupe, inele, spirale şi alte simboluri sau „urme" incizate în gresie, alături de care au fost realizate inscripţii stupide sau, la fel de grav, străvechile semne au fost „întărite" în secolul trecut cu grafitti. Aflorimentul (cu formă aproximativ ovală) măsoară circa 13 x 8 metri, suprafaţa fiind uşor înclinată spre sud. Din cauza menţionatelor daune, în 1964 situl a fost sigilat, îngropat sub câţiva metri de pământ şi inaccesibil publicului. Cercetările de până atunci au stabilit că vechimea Pietrei Cochno se ridică până în jurul anilor 3000 î.Chr.

La fel ca pretutindeni în lume, expansiunea dezvoltării urbane pune în mare pericol The Cochno Stone, moşia Faifley ajungând până la limita sitului arheologic.

Localnicii care au trăit aici până la sigilarea sa îşi mai amintesc că, în copilăria lor, se jucau în jurul formaţiunii denumite „Stâncile druide", unde exista o cameră mortuară. Dezvelirea pentru scurt timp a Pietrei, după mai mult de şase decenii, a evidenţiat din nou zecile de simboluri sub formă de cupă, inel şi spirală canelată, în mod evident realizate prin lovire cu o unealtă.

În plus, spre una dintre marginile acesteia au ieşit la iveală patru urme de picioare, foarte posibil datând din epoca timpurie a bronzului, însă greu de atribuit unei fiinţe umane sau non-umane. Aceasta, deoarece contururile respective pot fi asemuite tălpilor umane, însă neconcordanţa constă în faptul că fiecare are numai câte patru degete. Două urme sunt paralele (ca la o poziţie staţionară, deci nu indică păşitul), pe când celelalte două, considerabil mai mici se află în spatele celorlate, asemenea unui salt „de iepure".

La fel de ciudat este şi faptul că, exceptând cele patru urme, pe întreaga suprafaţă nu se mai află şi alte amprente de membre, ci numai menţionatele contururi circulare perfecte, alături de linii simbolice drepte ori şerpuite.

Semnele precum cele de pe Cochno Stone reprezintă o formă de artă preistorică găsită pe scară largă în întreaga

lume. Ele constau dintr-o adâncitură rotundă (cupa) înconjurată de cercuri concentrice care arată ca undele formate la suprafaţa apei atinse de un corp solid.

Simbolurile datează din neolitic şi din epoca timpurie a bronzului, dar s-au găsit şi câteva din epoca fierului. Unele dintre sculpturi au fost descoperite pe bolovani şi aflorimente cu vedere la drumuri importante, terenuri de vânătoare sau gropi de apă, ceea ce a condus la ideea că erau probabil folosite pentru a marca asemenea locuri.

Descoperiri ulterioare au fost asociate cu locuri de înmormântare sau ceremoniale, sugerând că acestea pot avea o importanţă sacră.

Piatra va fi din nou descoperită pentru o nouă cercetare, tehnologia actuală putând aduce elemente noi despre istoria sa şi oamenii care au creat-o.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Descendenții lui Alexandru cel Mare

Una dintre cele mai fascinante personalități ale istoriei universale este Alexandru Macedon, cunoscut nu doar ca unul dintre liderii militari ai omenirii, ci și ca un controversat reprezentant al celor mai importanți bărbați ce au influențat evoluția actualei noastre civilizații, prin unitatea politică, de scurtă durată, între Occident și Orient.

Kalash – omul credincios obiceiului

Dincolo de legende și speculații, oamenii de știință consideră că au identificat și elemente incontestabile referitoare la existența marelui militar. În același timp, nu este omis aspectul referitor la semnificația preponderent războinică a prezenței sale, întrucât oamenii de știință relevă urme absolut spectaculoase ale campaniilor sale pe continentul asiatic.

Există astfel, ascuns pe dealuri îndepărtate din nord-vestul Pakistanului, un grup de trei sate ai căror locuitori încă încearcă să-și păstreze limba și cultura în fața modernității și a convertirii religioase. Se presupune că tribul, cunoscut sub numele de Kalash, ar fi descins din soldații armatei lui Alexandru cel Mare care au călătorit pe acest drum în anul 324 î.Chr. Cu toate acestea, mulți savanți neagă povestea, deși încă nu a fost stabilit modul în care acești oameni, limba, îmbrăcămintea și cultura lor centrată pe adorarea naturii, în contrast marcant cu cea islamică a populațiilor înconjurătoare, au evoluat și au supraviețuit de-a lungul secolelor.

Scriitorul britanic Rudyard Kipling a făcut aluzie la oamenii din „Kafiristan" în cartea sa „The Man Who Would Be King" (Omul care voia să fie rege, 1888). Potrivit unor savanți, povestea lui Kipling a dat naștere mitului că ei sunt descendenți din armata lui Alexandru Macedon. Timp de secole, membrii tribului Kalash au trăit într-o regiune muntoasă îndepărtată, fiind convertiți pe filieră politică la Islam, iar pământul lor redenumit Nuristan. Astăzi, ei formează cel mai mic dintre grupurile etnice minoritare din Pakistan (aproximativ 3.000-4.000 de indivizi).

Identitate de peste 2000 de ani

Cu mulți ani în urmă, membrii comunității Kalash aveau o viață simplă, în cea mai mare parte dependentă de agricultură și de creșterea vitelor. Hrișca și alte culturi erau cultivate pe văile râurilor, livezile ofereau fructe de diferite feluri, iar laptele de vacă era folosit pentru a prepara ghee, unt și brânză. Vinul era făcut din struguri și mâncarea gătită în cuptoare cu lemne.

Populația Kalash a urmat o credință orientată spre natură, pe care mai târziu unii cercetători au echivalat-o cu o formă animistă de religie, asemănătoare cu cea a Greciei Antice, în timp ce alții au găsit asemănări cu conceptele antice hinduse. Totodată, urmează diverse obiceiuri și ritualuri. Unul dintre ele, mult studiat, este cel de a trimite femeile gravide la „bashaleni", o clădire aflată departe de sat. Astăzi, se consideră că era o formă de opresiune, dar potrivit Kalashilor, femeile sunt cele care se ocupă de cea mai mare parte a muncii de zi cu zi, ele având parte în schimb de odihnă deplină.

Membrii tribului Kalash, deosebiți de populațiile din jur, au și astăzi convingerea că sunt descendenți ai trupelor lui Alexandru cel Mare care s-au stabilit în zonă în urmă cu aproximativ 23 de secole. Numărând doar aproximativ 4.000 de membri, mulți dintre ei au pielea deschisă și ochii albaștri sau verzi, trăsături ce contribuie la legenda veche că sunt într-adevăr descendenți ai sol-daților greci care au luptat pentru Alexandru cel Mare în Pakistan, în jurul anului 300 î.Chr.

Populația Kalash este o societate patriarhală, însă fără a împărți bărbații și femeile în două lumi închise. Autoritatea aparține bărbaților, dar principala diferențiere se face în privința dreptului de moștenire, o femeie nu poate moșteni, nu deține nimic în afară de bijuteriile ei.

Deși izolarea geografică a păstrat cultura Kalash, presiunea islamică este tot mai puternică, punând în pericol o comunitate unică în lume prin tradițiile atât de diferite de ale lumii în care trăiesc.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

100 *de locuri de văzut în România*

Muzeul Cineastului Amator din Reșița

Un inedit muzeu funcționează la Reșița, județul Caraș-Severin, și există datorită unui tânăr, Andrei Bălbărău, care se ocupă de el încă din 2006, de pe vremea când era student și activa într-un cineclub amator.

Andrei spune că totul a început din pasiunea sa pentru film și că a avut norocul să dea peste sala de proiecție a fostului Cinematograf „23 August" din oraș, unde toată aparatura s-a păstrat ca nouă.

Muzeul Cineastului Amator este singurul muzeu privat de acest gen din România deschis publicului, pe teme de cinematografie, cineamatorism și ajută foștii cineaști să-și digitalizeze filmele. Pe lângă aparatura de proiecție și tot ce a deținut fostul cinematograf (colecția de filme a acelor ani, derulatoarele, dulapul de păstrat peliculele, chiar și extinctoarele), Andrei a început să colecționeze camere de filmat, aparate de proiecție, filme vechi, afișe, documente, tot ce ține de cinematografie.

Majoritatea pieselor muzeului au fost adunate de tânărul reșițean în ultimii ani, fiind găsite la bazar sau în anunțurile de mica publicitate. Astfel, el a reușit să adune peste o sută de camere de filmat cu peliculă.

Cea mai veche cameră este din 1921, pe 35 mm. Nu are arc și este acționată manual, cum se fabricau pe atunci. Se punea filmul înăuntru și se dădea la manivelă. La fel de valoroase sunt o cameră Arriflex pe 16 mm și una pe 35 mm. Muzeul din Reșița are destul de mulți vizitatori, chiar dacă este unul privat.

Oricine vrea să vadă colecțiile muzeului sau să studieze arhiva de documente o poate face gratuit, cu o programare în prealabil pe adresa de e-mail muzeulcineastului@yahoo.com sau pe Facebook.

De câțiva ani, de Noaptea Muzeelor, zeci de cărășeni trec pragul fostului Cinematograf „23 August" și rămân uimiți de ceea ce văd. Inimosul colecționar face un apel la primăriile din România care mai au încă aparatura vechilor cinematografe să o păstreze, pentru că e foarte valoroasă pentru generațiile care vin.

GABRIEL TUDOR

Amprente ale spiritualității

Mănăstirea Căldărușani

Aflată în satul Lipia, comuna Gruiu, județul Ilfov, Mănăstirea Căldărușani, cu obște de călugări este un ansamblu de monumente cu hramurile: „Sfântul Dimitrie" și „Sfântul Ierarh Grigore Dascălu" pentru biserica mare, „Sfântul Ierarh Ioan Evanghelistul" pentru biserica din cimitir și „Sfânta Varvara" și „Duminica tuturor sfinților" pentru bisericuța „Cocioc".

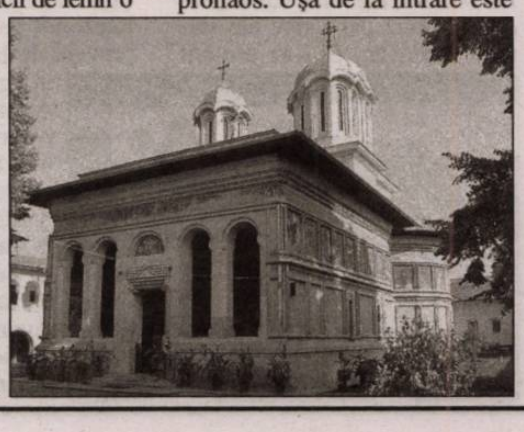
Pe locul actualei biserici, pe malul lacului Căldărușani exista o biserică de lemn cu câțiva călugări după cum se menționează într-un hrisov din 1615, emis în cancelaria voievodului Radu Mihnea (1611-1616).

În prima istoriografie a Moldovei, datând din anul 1870 și aparținând lui Casian Monahul se menționează că domnitorul Matei Basarab (1632-1654), în conflict cu Vasile Lupu al Moldovei, trecând prin acele locuri și atras de sihăstria din Codrii Vlăsiei, a promis că va ridica, în locul bisericii de lemn o alta impunătoare. În 1637 ridică biserica-fortăreață înconjurată de ziduri și clopotnița care are și un turn de strajă. Așezământul este sfințit la 20 octombtie 1638.

Prin vestita sa școală de copiști, biserica a contribuit la dezvoltarea culturii românești și la crearea limbii române literare. În secolul al XVIII-lea mănăstirea cunoaște o perioadă deosebit de înfloritoare, iar mai târziu, în 1834 tipografia Ugrovlahiei este mutată la Mănăstirea Căldărușani, respectiv la Bisericuța Cocioc. În 1778 se înființează o școală de pictură, frecventată în anii 1854-1855 chiar de Nicolae Grigorescu.

Biserica mare, din piatră și cărămidă este concepută în stil triconc și are ca model Biserica Domnească de la Curtea de Argeș și biserica Mănăstirii Dealu. Are lungimea de 33,5 metri și lățimea de 12,5 metri și are trei turle: una mai mare, pe naos și două mai mici, înfundate deasupra pronaosului.

Interiorul este împărțit în încăperile clasice: Altar, naos, pronaos iar pridvorul deschis este susținut de șase coloane puternice de piatră și are plafonul pictat ca și zidul dinspre pronaos. Ușa de la intrare este din lemn sculptat. Pronaosul este despărțit de naos prin două coloane, alte două, masive, susținând turlele pronaosului. Catapeteasma este din lemn frumos ornamentată, iar ușile împărătești au fost sculptate în școala de la mănăstire.



În exterior fațadele sunt împărțite în două registre printr-un brâu median zugrăvit, încadrat din rânduri de cărămizi așezate în dinți de ferăstrău. Tot un brâu ferăstrău, dar din trei rânduri de cărămizi, se află aproape de cornișă.

În pridvor sunt mormintele mitropoliților Ghenadie Petrescu și Grigore Dascălu acoperite cu plăci sculptate de piatră, iar în naos sunt părticele ale mai multor sfinți mucenici și Icoana Făcătoare de Minuni a Maicii Domnului cu Fiul.

Pictura originală a fost restaurată în 1911 de pictorul Dimitrie Belizarie. Biserica mănăstirii a fost restaurată între 1950-1958 de PF Justinian Marina și alte reparații au fost făcute după 1992.

Vechea sală a tronului domnitorului Matei Basarab este acum Sala Tezaurului iar în Muzeul mănăstirii pot fi admirate icoane pe lemn de Nicolae Grigorescu, tablouri de Tattarescu, Sava Henția și alții și o bogată colecție de veșminte și obiecte bisericești.

Biserica din cimitir, cu hramul Sfântul Ioan Evanghelistul datează din 1804 fiind ctitorită de frații Toma și Constantin Bărbulescu, iar Bisericuța Cocioc a fost ridicată în 1825 de frații Ioan și Nicolae Bâțcoveanu.

IRINA STOICA

Masacre împotriva artei

Vandalizarea operelor de artă până la distrugerea lor totală constituie un fenomen multimilenar, dar motivaţia gesturilor şi acţiunilor ample de nimicire a frumuseţilor lumii şi Universului „concentrate" în picturi, sculpturi, muzică este ea însăşi incredibil de vastă, mergând de la fanatismul religios şi ferocitatea politică, până la patologii psihice ori la militantismul extremist în favoarea mediului.

Sanctuarele galeriei moderne doresc să inducă ideea că arta este oarecum detaşată de viaţa morală şi politică, însă de-a lungul timpului atacurile asupra pânzelor, sculpturilor şi instalaţiilor au servit ca o modalitate prin care individul îşi face vocea auzită.

În lucrarea sa din 2021 „Iconoclasm", profesorul David Freedberg arată că distrugerea imaginilor poate fi privită atât în context politic, cât şi în context cognitiv. Este uşor de înţeles de ce extremiştii religioşi aleg să distrugă sculpturile pe motive teologice; ceea ce este mai greu de înţeles este procesul mental care stă la baza acestor acte de distrugere. În teorie, creierul nostru răspunde iniţial la imaginile figurate ca şi cum ele ar fi vii şi doar odată ce imaginea şi-a lăsat o amprentă asupra conştiinţei noastre începem să ne asigurăm că obiectul este neînsufleţit. În acest fel, actele de vandalism pot fi văzute nu doar ca încercări de a afirma o agendă politică, religioasă sau artistică, ci şi ca răspunsuri la modul în care reprezentările realităţii ajung să depăşească şi să definească lumea vie.

„Rondul de noapte", Rembrandt

La Pietà, Michelangelo. În dimineaţa zilei de 21 mai 1972, Duminica Rusaliilor, geologul maghiar László Tóth a intrat în Bazilica Sf. Petru din Roma şi s-a năpustit cu un ciocan asupra capodoperei lui Michelangelo din 1499 – care o înfăţişează pe Fecioara Maria ţinând pe braţe trupul Mântuitorului, după coborârea de pe cruce, lovind-o de 15 ori şi strigând: „Christos e viu. Eu sunt Christos!". Marmura lucrării a fost spartă în mai multe locuri. Ancheta ulterioară avea să stabilească faptul că agresorul suferea de Sindromul Mesia (avea convingerea că el este noul Iisus) şi, după ce a fost internat într-un spital de psihiatrie, a fost deportat în Australia. Un amănunt interesant: la acea vreme, Tóth avea 33 de ani, vârsta la care a fost crucificat Mântuitorul!

Toaleta lui Venus, Diego Velázquez. La 10 martie 1914, Mary Richardson, o fostă studentă la Arte Plastice, a intrat în Galeria Naţională din Londra având asupra ei un cuţit de măcelar ascuns în mânecă şi a atacat-o pe zeiţa iubirii din tablou, pentru a distruge imaginea ei de „cea mai frumoasă femeie din istoria mitologică"; a reuşit să producă şase tăieturi în pânză, înainte de a fi evacuată. Explicaţia gestului anormal a fost că femeia ar fi protestat astfel faţă de arestarea, cu o zi înainte, a Emmelinei Pankhurst, lidera sufragetelor. Ulterior s-a arătat că actul politic extremist fusese motivat şi de un dezgust faţă de privirea masculină obiectivizantă. „Am încercat să distrug imaginea celei mai frumoase femei din istoria mitologică, ca un protest împotriva guvernului pentru distrugerea doamnei Pankhurst, care este cel mai frumos personaj din istoria modernă", a declarat Richardson, ulterior devenind activistă a grupului fascist Blackshirts.

„Toaleta lui Venus", Diego Velázquez

Rondul de noapte, Rembrandt. Trei atentate au fost îndreptate împotriva celebrei picturi a maestrului olandez, în zilele noastre descoperindu-se amănuntul insolit că scena respectivă se petrecea iniţial în lumina unei după-amiezi, lacul folosit de artist modificând în timp luminozitatea imaginii, astfel că a „transformat" momentul în unul de noapte. În 1911, un bucătar al Marinei Olandeze a încercat să distrugă cu un cuţit monumentala pânză, dar a produs daune minore. În 1975, un fost profesor cu tulburări psihice a folosit un cuţit de bucătărie pentru a tăia tabloul, după ce a trecut tot prin violenţă de paza Rijksmuseum din Amsterdam. În timp ce lovea şi smulgea pânza, provocându-i stricăciuni foarte grave, striga că o face „în numele Domnului", fiindcă aşa i s-a cerut. Cel mai recent atac împotriva aceluiaşi tablou s-a produs în 1990, când un alt vandal a aruncat acid sulfuric asupra lui; conducerea muzeului a declarat public că nu s-au produs deteriorări importante.

Imensa listă a actelor de vandalism împotriva artei cuprinde nume şi titluri mai puţin cunoscute, dar şi multe celebre, dintre care nu lipsesc pictura ***Mona Lisa*** şi desenul ***Fecioara cu Pruncul, cu Sfânta Ana şi Sfântul Ioan Botezătorul*** ale lui Da Vinci, ***Guernica*** lui Picasso, ***Gânditorul*** lui Rodin, ***Floarea-soarelui*** de Van Gogh (agresată în octombrie 2022), precum şi monumente ca ***Budhha din Bamiyan*** (distrus *in situ* de talibanii afgani în 2001), statui, vase vechi de mii de ani etc.

Cartea cu benzi desenate

Un singur volum de 21.540 de pagini, a cărui lungime (grosimea la cotor!) depăşeşte 80 de centimetri, considerat o operă de artă, are peste 516,5 milioane de exemplare în circulaţie în 61 de ţări şi regiuni din întreaga lume.

Titlul ei – „ONEPIECE by Ilan Manouach" – identifică mai degrabă o colecţie masivă de benzi desenate, care prezintă, în desene ludice de tip manga japoneze, aventurile personajului Monkey D. Luffy, un adolescent de 19 ani al cărui corp a căpătat proprietăţile cauciucului, după ce a mâncat neintenţionat un fruct fermecat. Împreună cu echipajul său, „Piraţii cu Pălării de Paie", el explorează Grand Line în căutarea comorii Regelui Piraţilor, pentru a-i deveni succesorul.

Această „creaţie" artistică (nu poate fi expusă în librării, ţinută într-o bibliotecă şi în niciun caz citită), este semnată de artistul şi muzicianul belgian al cărui nume apare chiar pe „copertă", însă povestea în benzi desenate îi aparţine japonezului Eiichiro Oda, care a început-o în 1997 şi a ajuns în prezent la 103 volume compilate, însă... nu a terminat-o.

„Onepiece" are 25 de ani de publicare în 50 de ediţii (până acum) şi este recunoscută drept cea mai mare carte din lume. Ea a primit numeroase premii şi este clasată de critici, recenzori şi cititori ca unul dintre cele mai bune manga din toate timpurile. În 2022, seria a ajuns la al 1.000-lea capitol, al 100-lea volum şi al 1.000-lea episod din adaptarea în film de animaţie.

Cât despre ceea ce în mod bizar a fost numit şi „obiect sculptural", realizarea lui Manouach a fost vândută într-un total de 50 de exemplare, pe site-ul JBE Books, pentru 1.900 de euro bucata.

Menită să perturbe mitul geniului solitar, care acreditează clasicul merit al operei unice create de un autor cu identitate unică, această piesă a fost realizată prin reunirea muncii a peste o mie de microlucrători necalificaţi din 20 de ţări diferite, coordonaţi prin intermediul serviciilor de muncă digitale.

Olimpiada Eschimo-Indiană

Referirea la „jocuri olimpice" din perspectiva localizării pe continentul nord-american este un paradox, însă în cazul de faţă este vorba despre anumite similitudini între cele două competiţii de tip sportiv, „derivate" din existenţa cotidiană.

De peste şase decenii, indigenii din Alaska (în special cei din triburile inuit, inupiat, yupik şi athabaska) îşi organizează propriile competiţii denumite Jocurile Olimpice Eschimo-Indiene (WEIO), în cadrul cărora îşi testează curajul, abilităţile de supravieţuire şi agilităţile, dar şi alte calităţi (de exemplu, rezistenţa la durere), elemente culturale provenite din vechi tradiţii locale. Iar dacă sensul cuvintelor duce cu gândul la întreceri sportive, în realitate acestea sunt pe alocuri practici de-a dreptul bizare.

Nu există diferenţieri de gen, categorii de vârstă ori alte condiţionări privitoare la competitori, decât limita de vârstă minim 12 ani. Diverse oraşe din Alaska au fost gazde pentru Olimpiadă, modul populaţiei native de a-şi reuni triburile şi a-şi păstra tradiţiile.

Istoria WEIO a început în 1961, când Bill English şi Tom Richards, piloţi ai fostei companii aeriene comerciale Wien Air Alaska, efectuau curse între comunităţile periferice ale statului american. Ei i-au urmărit pe nativii din peninsulă cântând, dansând, dar practicând şi alte activităţi fizice, cum ar fi aruncarea cu pătura.

Este vorba despre o probă în care mai multe zeci de oameni ţin întinsă de margini o pătură din piei şi aruncă în aer o persoană aflată în picioare pe ea. Scopul este ca protagonistul să rămână în echilibru şi să aterizeze tot pe picioare. Obiceiul provine de la Iñupiaq, un grup indigen din nordul Alaskăi, care foloseau o pătură pentru a arunca un vânător în aer, ca o modalitate de a vedea la depărtare, către orizont, în timpul vânătorii.

Sute de sportivi concurează în aproape două duzini de evenimente atletice şi întreceri tradiţionale care preced cu mult timp WEIO. Săritura pe degete testează rezistenţa concurenţilor în timp ce aceştia se deplasează înainte sprijiniţi doar pe vârfurile degetelor, într-o poziţie de împingere.

Lovitura înaltă cere ca sportivul să efectueze salturi fără sprijin, în timpul cărora să atingă cu o talpă sau cu amândouă o minge suspendată de un fir la mare distanţă de sol. La o altă probă participă patru competitori, cărora li se testează puterea şi capacitatea de a transporta încărcături grele pentru perioade lungi de timp, în mod similar transportului cărnii de animale acasă, după o vânătoare reuşită.

Din specificul activităţilor cotidiene derivă şi tragerea unui „băţ indian", în cadrul căreia se imită abilităţile necesare pentru a prinde un peşte din apă, dar în acest caz doi concurenţi încearcă să smulgă din mâna celuilalt un baston uns, lung de circa 30 de centimetri.

În fine, probabil cea mai dură probă este aceea în care doi concurenţi au agăţat pe după câte o ureche un elastic legat în buclă şi fiecare trage către el cu toată puterea, pentru a smulge elasticul de pe urechea adversarului. Rezistenţa la durere decide câştigătorul!

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Ştiaţi că...

◆ *...prima femeie paraşutist din lume a fost Smaranda Brăescu? Ea a deţinut mai multe recorduri mondiale în domeniu.*

◆ *...s-a păstrat până în zilele noastre un exemplar din ziarul „Zimbrulu şi Vulturulu", apărut în*

Moldova, în secolul al XIX-lea? Este cel mai scump din lume datorită celor opt timbre „Cap de bour" din 1858 cu care este francat.

◆ *...în anul 1616, Inchiziţia a interzis cartea lui Copernic – „Despre mişcările de revoluţie a sferelor cereşti", apărută în anul 1532? A fost considerată contrară cosmologiei biblice.*

◆ *...urşii polari sunt cele mai mari*

animale de pradă de pe uscat?

◆ *...crapul este fiinţa cu cele mai multe oase? Are circa 4.386 în corpul cu o lungime de maxim 1 m şi o greutate de până la 40 kg.*

◆ *...Pădurea Pietrificată din Arizona este cea mai mare pădure de acest*

gen din lume? Aici sunt rărmăşiţele unei păduri vechi de 225 milioane de ani.

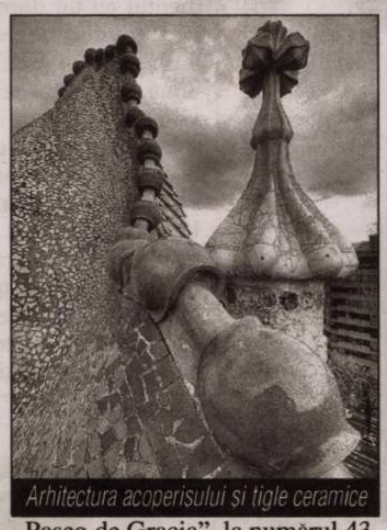
◆ *...creierul uman generează într-o zi mai multe impulsuri*

electrice decât toate telefoanele mobile din lume luate la un loc?

Ştiaţi că...

Casa Batlló

Oraş al luminii şi al artelor, Barcelona – centrul administrativ al Regiunii autonome Catalonia, cu mulţimea statuilor sale, cu turnurile impunătoare ale bisericilor, cu pieţele elegante şi parcurile înmiresmate este rodul muncii de secole a unor artişti dăruiţi cu har.



Arhitectura acoperişului şi tigle ceramice

Dintre aceştia, în mintea şi sufletul celor care o străbat, un loc de o importanţă de netăgăduit îl ocupă inegalabilul Gaudí. Întregul oraş, de la fascinanta Sagrada Familia la bărcuţele şi cişmelele de pe străzi, poartă mar-

Partea centrala a fatadei evocă suprafata unui lac cu nuferi

ca marelui arhitect. Printre creaţiile sale se numără şi câteva case, fiecare cu un aspect unic: casele din Parcul Guell, Casa Milà sau La Pedrera şi Casa Batlló.

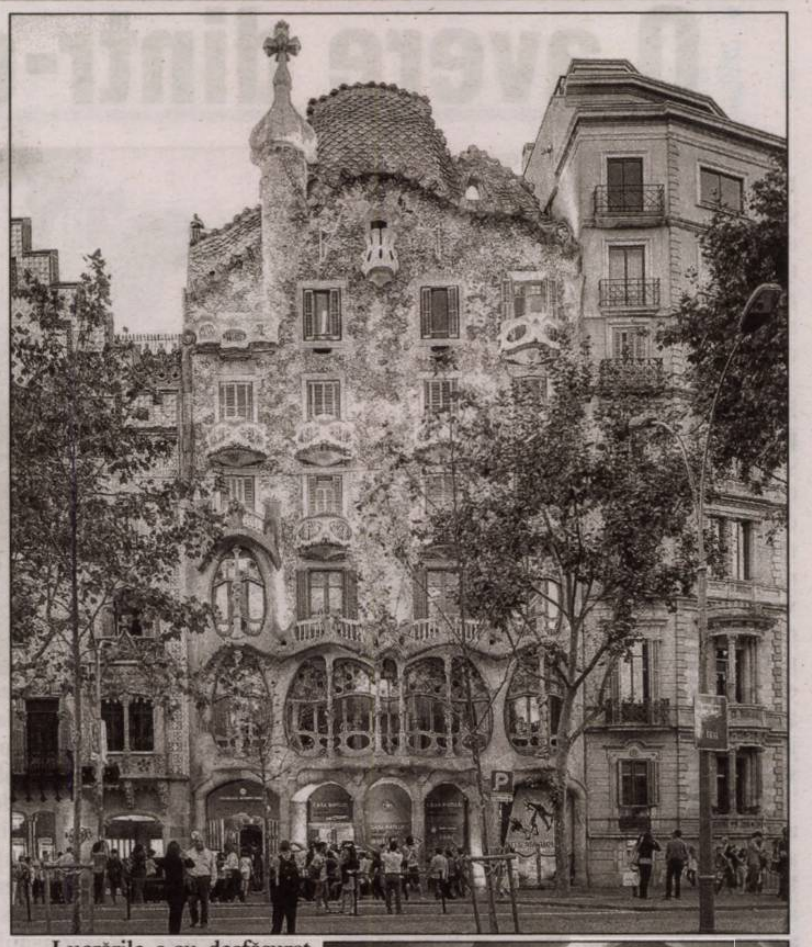
Casa Batlló a fost proiectată de marele arhitect la începutul secolului trecut şi restaurată în câteva rânduri, dar şi-a păstrat aceeaşi linie arhitecturală. Situată în centrul oraşului, pe elegantul bulevard „Paseo de Gracia", la numărul 43, casa este integrată perfect zonei, făcând parte dintr-un rând de case cunoscute sub numele de „Blocul discordiei".

Construcţia districtului a fost iniţiată în 1860 când planuri urbanistice ambiţioase făceau din acest bulevard o adevărată coloană vertebrală a oraşului. Cele mai bogate familii îşi doreau să locuiască aici, pe strada care în secolul al XIX-lea a devenit loc de plimbare pentru cei doritori să-şi etaleze bogăţia şi pentru trăsurile lor luxoase, iar în secolul următor, pentru maşinile lor.

Iniţial, pe locul actualei case fusese construită, în 1877, o alta proiectată de Emilio Sala Cortés, unul dintre profesorii lui Antoni Gaudí.

În anul 1903, când Barcelona nu fusese electrificată, casa a fost cumpărată de puternicul om de afaceri şi cunoscut industriaş textil Joseph Batlló y Casanovas. Dorind să aibă o casă unică el s-a adresat lui Antoni Gaudí. Acesta i-a cerut să renunţe la ideea demolării şi să renoveze complet vechea construcţie, lucru pe care proprietarul i l-a promis, pretinzând în schimb originalitate.

Etajul Nobil găzduieşte în prezent un muzeu deschis publicului



Lucrările s-au desfăşurat între anii 1904-1906 iar arhitectul a schimbat complet apartamentul principal, care a devenit reşedinţa familiei, a extins fântâna centrală şi a adăugat etaje noi.

Adevărată inovaţie o constituie decorarea faţadelor. Acestea sunt împodobite cu fragmente de sticlă colorată şi plăcuţe ceramice alcătuind mozaicuri. Predominantă este culoarea verde, dar aceasta se schimbă în timpul zilei în funcţie de lumină şi toate culorile se intensifică seara. Balcoanele reprezintă nişte măşti de teatru, iar acoperişul este asociat cu o reptilă, un dinozaur uriaş sau cu balaurul ucis de Sfântul Gheorghe, ocrotitorul Cataloniei.

Numele local al casei este „Casa oaselor" datorită formei coloanelor care mărginesc ferestrele, iar interiorul este plin de forme cu solzi şi carapace. Ferestrele sunt admirabil jucate, iar tavanul dă senzaţia imaginilor jucăuşe din jur. Din anul 1950 Casa Batlló n-a mai aparţinut familiei şi a fost preluată de diverşi proprietari, iar în anul 2002 a fost deschisă publicului cu prilejul Anului Internaţional Gaudí. Edificiu unic, ea se învecinează cu alte case ilustre semnate de cei mai vestiţi arhitecţi moderniştii ai vremii: Lluís Domènech, Josep Puig şi Enric Sagnier. Toate sunt de o frumuseţe desăvârşită, fiecare satisfăcând alte preferinţe.

Deşi, de-a lungul anilor Casa Battló a fost criticată de arhitecţi din întreaga lume, considerând că edificiul nu urmează nici o linie arhitecturală, interesul turiştilor pentru stilul Gaudí este uriaş. Un exemplu de artă modernă, ce uimeşte prin neregularităţile sale, Casa Battló evocă veselia şi creativitatea marelui arhitect.

Simboluri ale umanităţii

Ancora

Considerată în antichitatea greacă şi romană un atribut al zeului mării, ancora era folosită de navigatorii mediteraneeni pentru stabilizarea unei nave, sugerând stabilitate şi siguranţă. A devenit simbol al încrederii şi speranţei, folosită în reprezentările funerare precreştine, fiind caracteristică mormintelor marinarilor.

În perioada creştinismului timpuriu a fost socotită un simbol ascuns al crucii şi al mântuirii. În arta plastică funerară ancora era adesea încadrată de cruci şi delfini realizând o simbolistică sugestivă şi complexă.

Ancora este şi un simbol al mai multor sfinţi, printre care Sfântul Nicolae, patronul marinarilor, dar şi atribut al nădejdii, una dintre cele şapte virtuţi în arta renascentistă.

În heraldică reprezintă porturile, iar ca pandantiv sau bijuterie sugerează încredere şi ataşament sincer.

Palatul Cantacuzino

Aflat pe Calea Victoriei din Bucureşti, Palatul Cantacuzino găzduieşte în zilele noastre Muzeul George Enescu.

Construit în stilul barocului francez, după proiectul arhitectului Ion D. Berindei, a fost terminat în 1902 pentru Gheorghe Cantacuzino, denumit „Nababul", unul dintre cei mai bogaţi români de la sfârşitul sexolului XIX. Atât exteriorul cât şi interiorul au fost împodobite cu lucrări ale celor mai mari artişti ai vremii. Pot fi admirate picturi murale realizate de Nicolae Vermont şi Arthur Verona, sculpturi de Emil Wilhelm Becker, tapiserii, candelabre, vitralii şi decoraţiunile interioare de Casa „Krieger" din Paris.

Pagina realizată de
IRINA STOICA

O avere dintr-o garderobă

Vedetele, politicienii ori marii bogătaşi ai lumii, deţin haine, încălţăminte, bijuterii sau alte accesorii cu valori fabuloase. Un caz cu totul insolit, a cărui protagonistă este o femeie în vârstă de 44 de ani, mamă a trei copii a pornit de la hainele din garderobă.

Mona Mejia, o americancă din Houston, avea statutul de casnică până acum cinci ani, însă în 2021 s-a constatat în mod oficial că ea a câştigat nu mai puţin de 735.000 de dolari, vânzând on-line îmbrăcăminte nouă şi folosită, bunuri casnice şi jucării. Ea spune că nu a investit niciodată un dolar din buzunar în afacerea ei, pe care a început-o doar cu hainele din dulapul ei, folosind ulterior câştigurile pentru a achiziţiona îmbrăcăminte, bunuri de casă şi jucării pentru a le vinde pe reţelele de socializare.

„Când vorbesc despre toate prin câte am trecut, încă sunt şocată, ştiind de unde am pornit", a mărturisit Mejia pentru Insider. Ea este unul dintre milioanele de americani care găsesc modalităţi de a se autosusţine material, fără a se baza pe un job tradiţional de birou, cu program fix. În 2015, familia Mejiei avea nevoie de un venit suplimentar pentru a suplimenta salariul soţului său. „A fost o perioadă foarte grea, îşi aminteşte ea. Nu ştiam nici ce anume aveam să mâncăm." La sugestia surorii ei, ea a început să vândă la mâna a doua articole vestimentare din dulapul ei. Prima vânzare a fost o rochie, pentru care a primit 36 de dolari după 11 ore. Când a început să listeze mai multe articole, a observat că totul se vindea foarte repede şi că „asta însemna chiar bani reali". După doi ani, soţul femeii a suferit o intervenţie chirurgicală pe cord deschis şi nu a putut să mai lucreze. Responsabilitatea pentru întreţinerea familiei i-a revenit ei, astfel că şi-a dus eforturile la un alt nivel. Pe măsură ce Mejia s-a extins către alte platforme de revânzare, cei 100-200 de dolari pe care îi câştiga pe săptămână s-au transformat în 1.000 de dolari şi a progresat considerabil.

La început, aşezase cutiile pline cu marfă în sufragerie, în bucătărie, în apartamentul cu un dormitor al familiei, înainte ca acestea să fie livrate clienţilor. Acum, ei au o casă cu şase dormitoare, dintre care două sunt folosite pentru a stoca livrările viitoare.

Mejia listează cel puţin 100 de articole în fiecare zi, dar serile – când clienţii tind să cumpere – sunt deosebit de ocupate. Uneori, stă trează până la 3:00 dimineaţa pentru a se asigura că marfa este preluată de curier, apoi se trezeşte la 7:30 şi o ia de la capăt. Ea crede că oricine poate avea succes ca revânzător, dar subliniază că este nevoie de muncă şi angajament din greu; ei i-au trebuit şapte ani pentru a ajunge unde este acum.

Mulţi oameni renunţă, spune ea, dar perseverenţa poate da roade. Anul trecut, persoanele active din SUA au depus peste cinci milioane de cereri noi de afaceri. Un studiu recent în acest sens a constatat că 59 de milioane de americani (36% din forţa de muncă din SUA) au lucrat independent în ultimele 12 luni, dar alţii, precum Mejia, au găsit modalităţi de a începe afaceri proprii.

Deşi aceste stiluri de viaţă nu sunt lipsite de provocări, ele le-au oferit multor persoane oportunitatea de a avansa financiar.

Cetăţenie greu de obţinut

În materie de relaţii sociale sănătoase şi bună convieţuire, fiecare comunitate are specificul şi regulile sale, uneori surprinzătoare pentru străini. Nancy Holten, o femeie născută în Olanda, dar care a trăit în cea mai mare parte a vieţii în Elveţia, a avut o experienţă neaşteptată în acest sens, dar destul de justificată, câtă vreme caracterul ei „aparte" a determinat postura jenantă în care s-a aflat în mod repetat. Contextul a fost creat de cererea sa pentru acordarea cetăţeniei „ţării cantoanelor"! Oarecum ciudat, deşi de la 8 ani se mutase în satul Gipf-Oberfrick, din cantonul Aargau, acolo crescându-i pe cei doi copii – cetăţeni elveţieni prin naştere – ei i s-au refuzat în două rânduri paşaportul şi cetăţenia aceleiaşi ţări.

Legea prevede ca o cerere de acest gen să fie aprobată de oficialităţi, dar nu poate fi pusă în aplicare dacă nu e votată de comitetul sătesc local. Iar problema a fost cauzată de militantismul fără menajamente al femeii în favoarea drepturilor animalelor. Mai exact, în campanii publice repetate, Nancy, o vegană declarată, s-a exprimat categoric împotriva clopoţeilor puşi la gâturile animalelor, a curselor de purcei şi a vânătorii – elemente ale vieţii tradiţionale a elveţienilor.

Una dintre condiţiile de bază pentru ca un cetăţean străin să primească oficial cetăţenia elveţiană este chiar respectarea şi urmarea necondiţionată a elementelor definitorii autohtone.

La această „probă", Holten a fost respinsă de 144 dintre cei 206 de membri ai comitetului sătesc. Drept urmare, ea s-a adresat autorităţilor cantonale, care i-au aprobat cererea. Totuşi, cum firea umană e dificil de schimbat, a decarat ulterior că va continua să lupte pentru drepturile animalelor, în ciuda faptului că e considerată „enervantă"!

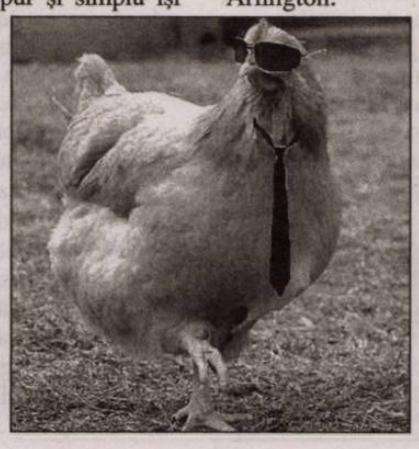
Găinile – „inamici" publici

Nu sunt chiar atât de rare pe cât am fi tentaţi să credem situaţiile în care persoane oficiale sau structuri „de forţă" ajung în posturi penibile, după ce comit erori elementare. Există cazuri în care au fost arestate la propriu animale despre care s-a crezut că ar spiona pentru inamici necunoscuţi sau că ar pune în pericol securitatea şi ordinea publică.

O astfel de situaţie a fost semnalată pe „bătrânul continent", unde militarii bazei catalane Sant Climent, Spania, au observat o prezenţă neobişnuită în preajma lor, în timp ce se aflau în poligonul de instrucţie. Intrusul nu era vreun lunetist camuflat, ci o biată găină, care stătea însă nemişcată şi – amănunt din cale-afară de neliniştitor – purta asupra ei o cameră video cu senzori!

Ipotezele au început să curgă, astfel că poliţia alertată imediat a trimis un echipaj la locul faptei. Agenţii au constatat că găina era dotată cu un senzor de mişcare ce determina camera să filmeze în jur. Ea mai avea însă asupra sa un element lămuritor: o etichetă pe care scria „University of Girona, study of fauna." Biata de ea nu avea habar de exerciţiile militare, ci pur şi simplu îşi înregistra suratele pe film. În cele din urmă, neînţelegerea s-a clarificat, biologii universităţii respective deţinând autorizaţiile necesare pentru efectuarea de asemenea cercetări ştiinţifice în zonă şi deci nu s-a lăsat cu arestări!

Tot anul acesta, în februarie, Pentagonul a fost pus pe jar de o altă găină, surprinsă de agenţii celei mai protejate clădiri din lume în timp ce intenţiona să încalce limitele zonei de securitate a acesteia. A fost reţinută pe loc, dar după o anchetă succintă a fost predată în custodie organizaţiei pentru drepturile necuvântătoarelor Animal Welfare League din Arlington.



La ironiile oarecum justificate ale presei locale, activiştii organizaţiei au reacţionat pe Facebook, solicitându-le utilizatorilor să propună un nume pentru curajoasa galinacee. Cea mai agreată a fost sugestia ca aceasta să fie botezată Ethel Rosenberg, o americancă arestată şi executată pentru spionaj în favoarea Uniunii Sovietice, în anii 1950.

Vorbire „inversă"

Americanul John Austin, din Charlotte, Carolina de Nord, a considerat că din normalitatea modernă poate face parte şi vorbirea curentă, în sens invers. În viaţa de zi cu zi, el este realizator de filme video, însă de la vârsta de 5 ani a început să îşi dezvolte o abilitate extraordinară, pe care foarte puţini oameni o pot stăpâni: poate vorbi şi cânta „invers", rostind orice text de la final spre început.

Copil fiind, îşi petrecea ore în şir ascultând muzică la pick-up-ul familiei. Într-o zi acesta s-a stricat şi a început să redea discurile în sens invers. Şi a constatat uimit că este vorba despre ceva cu totul necunoscut, dar la fel de captivant pentru el.

John a început să înveţe melodiile sale preferate în sens invers, mimând sunetele pe care le auzea aşa cum le reda aparatul. Prin acest proces de învăţare, nu a trecut mult până când a reuşit să vorbească înapoi fără ajutorul pick-up-ului şi a început să-şi formeze o pasiune pe care a continuat să o dezvolte şi să o perfecţioneze până astăzi, în viaţa de adult. De altfel, activând în cinematografie, a şi realizat unul dintre primele sale proiecte din adolescenţă, filmat în sens invers.

Însă în urmă cu câţiva ani, John a aflat că are sindromul Aspenger, o tulburare în spectrul autismului care explică priceperea lui de a vorbi şi cânta „invers". Acest sindrom este încă puţin explicat de ştiinţă, iar persoanele care suferă de această tulburare întâmpină dificultăţi în interacţiunile sociale, incapabile de a lega prietenii sau să manifeste reciprocitate socială şi emoţională.

De curând, John a filmat şi a produs singur un documentar despre viaţa sa, care a fost prezentat la un festival de film independent. Fără niciun fel de îndoială, lui John îi place mult să-şi arate abilităţile şi să-i facă pe alţii să zâmbească prin conţinutul său. De asemenea, speră că videoclipurile sale vor ajuta publicul să fie atras către alţi oameni care sunt diferiţi. John ar dori să-i inspire pe copii să-şi îmbrăţişeze propriile diferenţe şi talentele unice, demonstrând lumii propria poveste şi abilităţi.

Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Marylin – cea mai celebră blondă,

între realitate şi ficţiune

De curând a fost lansat pe marile şi micile ecrane filmul biografic „Blonda", inspirat de romanul omonim al lui Joyce Carol Oates.

În rolul principal, Ana de Armas are o prestaţie considerată de critici „magnifică", dar istoricii susţin că evenimentele prezentate pe ecran sunt mult ficţionalizate şi că scenariştii şi-au luat prea multe libertăţi în transpunerea pe peliculă a vieţii controversatei vedete americane.

Practic, filmul se concentrează pe detalii selectate cu grijă şi pe tragedii reale din viaţa legendarei actriţe, amestecând în acelaşi timp relatări fictive din legendele existente din mitologia lui Monroe cu evenimente născute din imaginaţia lui Oates şi a scenaristului şi regizorului Andrew Dominik. Câteva exemple, în rândurile de mai jos.

Cine a fost tatăl lui Marylin?

Filmul lui Dominik menţine un mister în jurul identităţii tatălui biologic al lui Monroe. El este o voce fără nume într-o serie de scrisori misterioase către fiica sa sau o imagine alb-negru pe perete.

În film, mama lui Monroe se referă la el ca la un „titan" al industriei cinematografice, pe care Monroe speră cu disperare să îl întâlnească. În mod similar, adevărata Monroe nu şi-a întâlnit niciodată adevăratul tată, iar identitatea acestuia a fost întotdeauna subiectul unor speculaţii.

În sprijinul ipotezei că Gifford a fost tatăl lui Monroe vine un documentar lansat anul acesta, „Marilyn, Her Final Secret". Folosind o şuviţă din părul lui Monroe şi o mostră de salivă de la strănepotul lui Gifford, documentarul a utilizat teste ADN pentru a concluziona că Gifford a fost, într-adevăr, tatăl mult timp pierdut al lui Monroe.

Cum şi-a primit numele Marilyn Monroe?

În „Blonda" nu se menţionează cum şi-a primit Monroe numele care va deveni legendar, dar aceasta este o parte esenţială a metamorfozei sale. Aşa cum se arată în film, numele real al lui Monroe era Norma Jeane. Certificatul ei de naştere menţionează că numele ei complet este Norma Jeane Mortensen, potrivit unui articol din 1981 din *New York Times*, înainte de a fi botezată mai târziu ca Norma Jeane Baker. Ea şi-a schimbat apoi numele de familie în Dougherty, după prima căsătorie cu James Doughtery, la vârsta de 16 ani.

Ben Lyon, un director de studio de la 20th Century Fox, a avut o problemă cu numele de familie, deoarece a considerat că oamenii nu l-ar putea pronunţa corect, potrivit cărţii lui Daniel Spoto „Marilyn Monroe: The Biography". Mai multe persoane au contribuit la crearea numelui ei de scenă complet, dar Lyon a fost cel care a venit cu „Marilyn", scria Spoto.

A avut Marilyn Monroe copii?

Filmul prezintă câteva scene dramatice în care Monroe suferă un avort spontan. De asemenea, ea pare să aibă o dorinţă profundă de a creşte copii. Există puţine dovezi care să confirme că Monroe a făcut avort, deşi Oates a afirmat în introducerea romanului său că Monroe a trecut prin mai multe avorturi.

Dar este bine cunoscut faptul că a avut două avorturi spontane şi o sarcină ectopică în timpul relaţiei cu dramaturgul Arthur Miller, potrivit biografiei lui Spoto. Adevărata Monroe îşi dorea, de asemenea, copii. Monroe nu a avut însă niciun copil înainte de moartea ei, în 1962.

Cum a murit Marilyn Monroe?

În ultimele momente din „Blonda", Monroe este văzută bând mult şi abuzând de barbiturice înainte de a muri în casa ei, cu un receptor de telefon în mână. Numeroase articole din ziua morţii sale premature confirmă faptul că Monroe a murit în locuinţa sa din Brentwood,

California, cu un flacon de somnifere lângă ea. Moartea ei a fost declarată o supradoză de barbiturice.

Un articol din *Los Angeles Times* şi *Variety* a mai relatat că poliţia a găsit-o cu un receptor de telefon în mână, într-o aparentă încercare de a suna pe cineva. Associated Press a raportat ulterior, în 1985, că Peter Lawford, cumnatul lui Kennedy, ar fi fost ultima persoană care a vorbit cu actriţa.

Pagină realizată de
GABRIEL TUDOR

PORTRET

Cesonia Postelnicu

Fiică a actorilor Rodica Mureşan şi Sorin Postelnicu, Cesonia Postelnicu s-a născut la 10 martie 1968, la Bacău. Moştenind talentul artistic de la părinţii săi, a absolvit Institutul de Artă Teatrală şi Cinematografică, promoţia 1987, la clasa profesorului Dem Rădulescu.

În 1994 a obţinut Premiul UNITER „Marioara Voiculescu" pentru „cea mai bună actriţă de comedie" pentru rolul Natasa din „Trei surori", regia Dem Rădulescu, şi pentru musicalul „Cabaret", regia Sorina Creangă, coregrafia Felicia Dalu.

Dintre piesele în care a jucat pe scena Naţionalului bucureştean amintim: „Ondine" de Jean Giraudoux (1994), „Bădăranii" de Carlo Goldoni (1994), „Costume" (spectacol de Irina şi Dragoş Buhagiar, 1994), „Anton Pann" de Lucian Blaga (1995), „Bacantele" de Euripide (1997), „Călătorii cu mătuşa mea" de Graham Greene (1998), „Satana cel Bun şi Drept" de Tudor Popescu (1998), „Femeile savante" de J.B.P. Moliére (1999), „Aşteptând la Arlechin" de Noel Coward (2002), „Ţăranul baron" de Ludvig Holberg (2000), „Egoistul" de Jean Anouilh (2004), „Idolul şi Ion Anapoda" de G.M. Zamfirescu (2006), „Purificare" de Petr Zelenka (2011), „Cinci femei de tranziţie" (2017), „Matilda şi groparii" de Stela Giurgeanu (2020).

În 1986, când încă era studentă, a jucat în filmele din seria „Liceenilor" – „Liceenii" (1986), „Liceenii Rock'n'Roll" (1990), „Liceenii în alertă" (1993). A mai jucat în filmele „O zi prin Bucureşti" (1986), „Semne pe nisip" (1994), „Azucena" (2005).

A apărut în adaptări pentru televiziune ale pieselor de teatru „Titanic Vals" de Tudor Muşatescu (1992) şi „Aştept provincia" (1993). De asemenea, a fost moderator al emisiunii de televiziune „Curier de ambe sexe" (1999). Cesonia Postelnicu a fost distribuită şi în numeroase emisiuni, scenete, scheciuri, cuplete de televiziune.

Reviste

Abolirea valorilor artistice

În numărul din octombrie al revistei *Constelaţii diamantine*, revistă de cultură universală fondată la Craiova şi editată sub egida Ligii Scriitorilor Români şi a Uniunii Ziariştilor Profesionişti din România, redactor-şef Doina Drăguţ, am reţinut un articol interesant semnat de Marin Mihalache (Chicago, SUA), intitulat *Pandemia culturală*. Încorsetat de spaţiul tipografic limitat, reproduc doar câteva fragmente:

„După cum se vede, în cultura contemporană valorile artistice adevărate, continuitatea şi discontinuitatea tradiţiei artistice, creativitatea estetică autentică au devenit categorii desuete. Contează doar să fii un poet ori artist cât mai excentric, eclectic, bizar, şocant. Arta îşi găseşte justificare doar dacă este antitradiţională şi anti-modernă. Fiindcă în procesul de continuitate culturală modernismul valoros i-a însuşit şi aplicat creativ multe din calităţile esenţiale şi perene ale tradiţiei, trebuie de acum demolat, buldozat, pentru a face loc etosului postmodern, să se poată crea ceva nou, fie şi dacă noutatea înseamnă blasfemie, dizarmonie, ironie, sarcasm, cinism, desacralizare, dezumanizare, iepure fosforescent. Postmodernismul a eliberat pe artist de nevoia de a avea talent şi a adus pe scena culturală a teatrului contemporan o grădină zoologică de idei excentrice, obscure, iraţionale, imorale, de abia scăpate din lada de zestre a Pandorei".

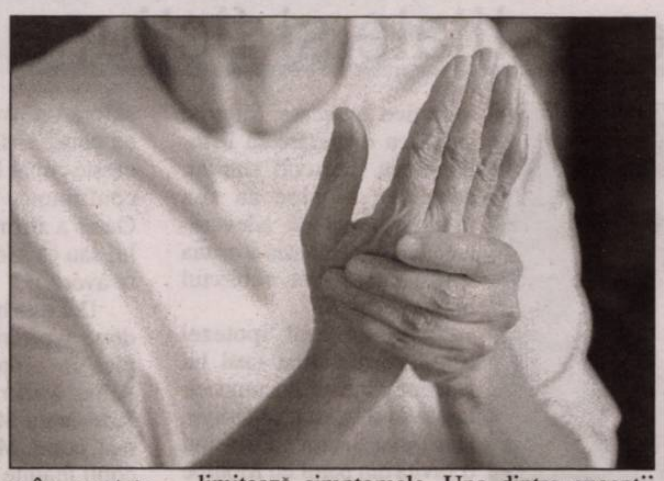
Şi, mai departe, Marin Mihalache scrie: „Trăim de fapt de mai multă vreme în era postculturii moderne, în perioada abolirii şi a eliminării valorii estetice din mintea omului şi din creaţia sa artistică. După ce am abandonat «legea morală din noi şi cerul înstelat de deasupra noastră» s-a instaurat în lume tirania relativismului şi a nonvalorii. Suntem astfel asaltaţi de consumatorismul compulsiv, de hedonism, de dorinţa de gratificare instantanee, de extazul ad-hoc, de kitsch-ul eclectic. Frumosul pierde blazonul aristocratic, coroana de prinţesă a virtuţilor şi a valorilor estetice şi morale, devenind o figurină decorativă oarecare, fără aură, desacralizat. De când am intrat în zodia eonului Aquarius unde totul stă sub semnul fluidităţii, al norilor tulburi dinainte de potop, creaţia artistică tradiţională şi modernă şi-au pierdut rostul şi rolul de suprastructuri elevatoare ale culturii şi civilizaţiei. (...) Pentru mulţi iubitori de frumos s-au ridicat parcă punţile de comunicare şi de înţelegere şi cu memoria culturală a tradiţiei ştearsă, sau estompată, nu mai pot intui structurile logice, pilonii de rezistenţă ai noului edificiu cultural. Din universul poetic al lucrurilor expuse în galeriile de artă au rămas doar pereţii goi, formele desfigurate, non-sensul, improvizaţia. Pentru mulţi arta contemporană nu mai este vis lucid, reverie, univers fascinant al imaginaţiei artistice ci mai mult un coşmar al impulsurilor necontrolate ale inconştientului individual sau colectiv. Lipsa de interes pentru valoarea estetică ori morală intrinsecă a artei revelate ori inspirate lasă loc liber substitutelor seculare şi hedonist-consumatoriste să invadeze spaţiul cultural, să ne umple golul sufletesc cu mai multă anxietate decât să-l vindece ori să-l lumineze creativ".

Finalul este aproape: „Procesul diseminării pseudoculturii este asemănător celui prin care virusii invizibili invadează un organism şi dintr-un organism trec mai departe în alte organisme. Odată infectaţi, imunitatea celor invadaţi de virusi scade, organismele se îmbolnăvesc şi unele mor, dar agenţii patogeni rămân, se înmulţesc, şi modifică inteligent structura şi modul de acţiune. Tot aşa şi cu multe din ideile, modelele şi modele artistice contemporane care invadează la un moment dat imaginaţia lipsită de imunitate spirituală a unora, proliferează trecând prin alte minţi şi alte suflete vulnerabile, slăbind mediul prin care trec, până când reuşesc să producă în lume o molipsitoare pandemie culturală".

GEORGE CUŞNARENCU

Gestionarea comună a artritei

La fel ca în orice altă afecţiune fizică, dar în cazul artritei într-o proporţie foarte ridicată, trebuie avută în vedere colaborarea directă şi foarte strânsă dintre pacient şi cadrele medicale.



Obiectivele includ mai multe puncte esenţiale, precum: ● fiecare bolnav să fie tratat pentru tipul şi severitatea sa de artrită; ● de ştiut că nu există un tratament optim pentru orice tip de artrită; ● fiecare individ cu un anumit tip de artrită poate răspunde diferit la tratamente şi pot fi încercate mai multe terapii înainte de ameliorarea simptomelor; ● tratamentul trebuie să fie ghidat de o urmărire periodică şi feedback din partea pacientului cu privire la efecte, acest lucru fiind considerat la fel de valoros în diagnostic şi management ca informaţiile din partea razelor X şi rezultatele testelor de laborator; ● scopul terapiei să constea în îmbunătăţirea funcţiei articulaţiilor şi ameliorarea durerii; ● vindecarea artritei nu este întotdeauna posibilă şi urmăreşte să ofere ameliorarea maximă a simptomelor, astfel încât să îmbunătăţească calitatea vieţii.

Tratamentele comune aplicabile pentru majoritatea formelor de artrită includ: ■ odihnă şi relaxare ■ fizioterapie ■ exerciţii monitorizate ■ mobilizare comună ■ dietă sănătoasă ■ scădere în greutate ■ terapie cu apă ■ terapie de stimulare la rece ■ proceduri de îngrijire a articulaţiilor ■ dispozitive (atele, bretele, cârje, scaune cu rotile etc.) pentru o mobilitate îmbunătăţită ■ terapia fizică şi ocupaţională poate ajuta deficienţele şi limitările activităţii.

Pacienţii pot fi supuşi unei intervenţii chirurgicale pentru a restabili funcţia sau pentru a calma durerea şi, uneori, pentru a introduce proteze articulare pentru o mai bună mobilitate. Planul de terapie este elaborat în colaborare cu pacientul şi cu o echipă multidisciplinară.

Medicamentele sunt utilizate în multe forme de artrită. Tipul lor depinde de afecţiune şi de pacient, dar majoritatea lor nu oferă un leac, ci mai degrabă limitează simptomele. Una dintre excepţii este artrita cauzată de o infecţie, în care antibioticele pot vindeca afecţiunea. Astfel:

◆ analgezicele pot fi aplicate local peste articulaţie sub formă de creme, unguente şi spray-uri sau pot fi luate sub formă de pastile;

◆ antibioticele sunt utile în infecţia artritei articulare;

◆ corticosteroizii se utilizează în multe afecţiuni reumatice şi autoimune, deoarece reduc umflarea şi blochează sau încetinesc sistemul imunitar;

◆ înlocuitorii acidului hialuronic şi suplimentele nutritive (suplimente de calciu şi vitamina D), sunt utilizate pentru a preveni pierderea osoasă.

Atenţie, însă: toate procedurile şi produsele farmaceutice se folosesc numai la recomandarea şi sub supravegherea medicului curant!

PE SCURT

despre sănătatea dumneavoastră

După vârsta de 40 de ani, descifrarea scrisului mărunt devine adesea dificilă. Prezbitismul, care în cele din urmă ne afectează pe toţi, impune într-un fel apelarea la ochelarii „de aproape", folosiţi în special la citit. Nu întotdeauna însă aceasta este cea mai potrivită soluţie. Ei pot fi utilizaţi de persoanele care nu au mai purtat ochelari. Medicii oftalmologi spun că ajutorul vine când pacientul are nevoie de lumină mai puternică şi face eforturi să-şi acomodeze ochii, ceea ce înseamnă dureri de cap, oboseală a vederii şi uscăciune a ochilor.

Numite şi ochelari-lupă, aceste accesorii au lentile convexe, mai groase spre centru şi subţiate spre margini. Nu corectează şi alte tulburări de vedere (miopie, hipermetropie sau astigmatism), în schimb prezintă particularitatea că pot corecta funcţia ambilor ochi în aceeaşi măsură şi nu ţin cont de

Ochelarii „de citit": o idee bună?

distanţa dintre pupile. Altfel spus, centrarea lor nu este condiţionată de forma feţei, fiind una standard, iar poziţionarea poate fi variabilă – lipiţi de nas sau mai îndepărtaţi, ceea ce nu avantajează pe oricine.

Or, ochelarii care nu sunt ajustaţi sunt responsabili de oboseala vizuală şi în plus, lentilele ochelarilor-lupă de obicei nu sunt de cea mai bună calitate. Opticienii spun, de asemenea, că uzura lor se produce mai repede decât la celelalte tipuri de lentile, iar articulaţiile fiind de obicei din plastic turnat şi nu metalice, sunt mai fragile.

În concluzie, aceşti ochelari trebuie schimbaţi mai des. În majoritatea lor, ei nu dispun de filtre UV, antireflexii ori împotriva luminii albastre emise de ecrane. Un alt dezavantaj: pentru citit, permit o vedere clară la o distanţă de 30-40 de centimetri, pe când în prezbitism vederea devine neclară şi până la 60 de centimetri, ceea ce poate crea probleme atât acasă (la bucătărie, de pildă), cât şi la serviciu (în faţa calculatorului).

De aceea, pentru alegerea ochelarilor „de citit" potriviţi, trebuie avut în vedere ca ei să dispună de marcarea CE, iar înainte de cumpărare să se treacă testele de lectură existente în unităţile de vânzare sau pe internet: textul de verificare se ţine la 30 cm de ochi şi se va opta pentru cea mai mică dintre dioptriile cu care pacientul se simte comod.

Un mit despre ţigările electronice

Pentru adulţii care doresc să renunţe la fumat, ţigările electronice (cunoscute şi sub denumirea de vape, e-cigs şi vape pens) au devenit o opţiune comună. Ele funcţionează prin încălzirea unui lichid care conţine de obicei nicotină, într-un aerosol care este apoi inhalat.

În ansamblul său, acest dispozitiv – căci despre un dispozitiv este vorba, nemaiavând nimic natural, cum au de pildă la fel de nocivele ţigări – poate hrăni mai departe o dependenţă de nicotină, dar o

fac fără a arde tutun, care produce fumul ce deteriorează grav, în timp, plămânii şi poate duce într-un final la cancer pulmonar, emfizem şi la alte probleme pulmonare, potrivit experţilor din institute şi organisme de profil din întreaga lume.

Nicotina este dăunătoare prin faptul că perpetuează dependenţa de fumat, spun cercetătorii adicţiei de tabac.

Totuşi, se precizează că nicotina în sine nu este cea care cauzează tipul de afecţiuni pulmonare care pot provoca forme de cancer şi alte probleme. Ceea ce sub nicio formă nu înseamnă că fumatul tradiţional de ţigarete, pipă, trabuc şi nici aşa-numitul „vapat" ar putea fi considerate forme sănătoase de căutare şi dobândire a unor stări mentale speciale!

Lupta contra stresului

Stresul tinde să fie privit ca o problemă de sănătate mintală mai mult decât una fizică, însă există multe moduri în care stresul cronic (de lungă durată) are un impact negativ asupra corpului fizic.

Eliberarea prelungită a hormonilor de stres contribuie la: ◆ scăderea imunităţii şi a capacităţii de luptă împotriva bolilor sau de vindecare ◆ crampe de stomac, reflux şi greaţă ◆ creşterea tensiunii arteriale, a frecvenţei cardiace şi a riscului de boli de inimă ◆ probleme de dispoziţie, inclusiv furie şi depresie ◆ oboseală şi probleme cu somnul ◆ pierderea libidoului şi fertilitate redusă ◆ creşterea stocării de grăsimi şi perturbarea semnalelor de foame.

Nu putem face multe pentru a elimina cauzele ce stau la baza stresului modern (fără ca toţi să renunţe la locul de muncă şi să se mute la ţară!), însă există metode eficiente de a reduce experienţa stresului şi de a ne îmbunătăţi capacitatea de a-i face faţă. Iată câteva dintre ele!

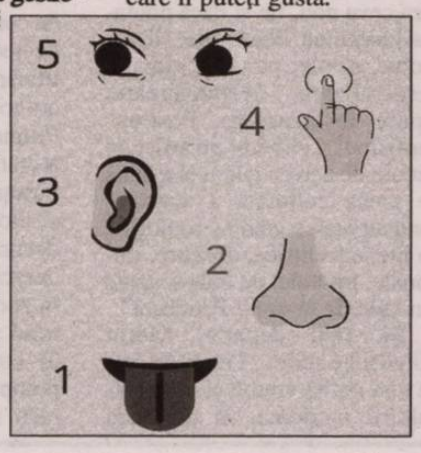
Somn odihnitor. Persoanele stresate cronic au adesea dificultăţi în acest sens: fie de a adormi (mintea e mereu preocupată de probleme ce generează nelinişte), fie tulburări ale somnului (treziri frecvente, incapacitatea de a adormi din nou). Excesul de cortizol din sânge, „hormonul stresului", stă la baza fenomenului, deci nivelul lui trebuie ţinut sub control.

Mişcarea zilnică nu este parte a unui stil de viaţă sănătos doar din punct de vedere fizic, ci şi mental. Activitatea fizică moderată regulată (cum ar fi cei 10.000 de paşi pe zi) ajută la combaterea stresului imediat şi pe termen lung. Şi transpiraţia prin exerciţii fizice este una dintre cele mai eficiente metode de a elimina excesul de cortizol din sânge.

Oamenii de ştiinţă descoperă din ce în ce mai multe despre modul în care alimentele pe care le mâncăm ne afectează sănătatea mintală, inclusiv capacitatea de a gestiona şi de a face faţă stresului. Şi este destul de clar: menţinerea unei diete sănătoase, echilibrate, plină de alimente proaspete naturale şi limitarea celor obţinute industrial (cum ar fi zahărul) poate oferi corpului şi minţii cea mai bună şansă de a lupta pentru a face faţă momentelor dificile.

Divertismentul. Numai muncă şi niciun amuzament, nicio joacă stresează pe oricine la un moment dat. În stilurile de viaţă sufocante de astăzi, deseori uităm să ne şi distrăm. Fie că vă jucaţi cu câinele, luaţi un curs de dans sau vă rezervaţi timp pentru a viziona emisiunea preferată, asiguraţi-vă că vă rezervaţi loc în fiecare zi pentru a vă distra.

Metoda 5-4-3-2-1 este o tehnică simplă de „împământare" pentru perioadele de anxietate ridicată. Dacă vă simţiţi anxios sau îngrijorat, puteţi readuce concentrarea în prezent pe baza celor cinci simţuri de bază, observând următoarele în jur: 5 lucruri pe care le puteţi vedea, 4 pe care le puteţi simţi, 3 pe care le puteţi auzi, două pe care le puteţi mirosi, un lucru pe care îl puteţi gusta.



Pagină realizată de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU